

## 新体力テスト記録用紙(小学校用)



No.	生徒氏名			都道府県名	
1. 平成12年4月1日現在の年齢		歳	2. 性別		男 ・ 女
3. 都市階級区分		1. 大・中都市		2. 小都市	3. 町村
4. 運動部やスポーツクラブに入ってますか			1. 入ってる		2. 入っていない
5. 運動やスポーツをどのくらいしていますか(学校の体育の授業をのぞきます)		1. ほとんど毎日(週3日以上)		2. とこ時(週に1~2日くらい)	
		3. ときたま(月に1~3日くらい)		4. しない	
6. 運動やスポーツをするときは1日にどのくらいの時間しますか(学校の体育の授業はのぞきます)		1. 30分未満		2. 30分以上1時間未満	
		3. 1時間以上2時間以内		4. 2時間以上	
7. 朝食は食べますか		1. 毎日食べる		2. 時々食べない	3. 毎日食べない
8. 1日の睡眠時間		1. 6時間未満		2. 6時間以上8時間未満	3. 8時間以上
9. 1日にどのくらいテレビを見ますか(テレビゲームも含みます)		1. 1時間未満		2. 1時間以上2時間未満	
		3. 2時間以上3時間未満		4. 3時間以上	
10. 体重	1. 身長		cm	2. 体重	kg
				3. 座高	cm

項 目		記 録				得 点
1. 握力	右	1回目	kg	2回目	kg	
	左	1回目	kg	2回目	kg	
	平均	1回目	kg	2回目	kg	
2. 上体起こし						回
3. 長座体前屈		1回目		2回目		
4. 反復横とび		1回目		2回目		
5. 20mシャトルラン(往復持久走)		折り返し数				回
6. 50m走						秒
7. 立ち幅跳び		1回目	cm	2回目	cm	
8. ソフトボール投げ		1回目	m	2回目	m	
得 点 合 計						
総 合 評 価		A	B	C	D	E