

小学校

新体力テスト 記録表

学校名	立	先生検印欄
フリガナ		
漢字		

出席番号

生年月日

年 組 番

平成 年 月 日生

体格

身長

体重

児童用アンケート

① 運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。

② 体育の授業は楽しいですか。

③ 運動部やスポーツクラブ(スポーツ少年団や習い事をふくみます)に入っていますか。

④ 運動やスポーツをどのくらいしていますか。

⑤ 運動やスポーツをする時間は1日どのくらいですか。

⑥ 外遊びをどのくらいしていますか。

⑦ 宮崎県が取り組んでいる「みんながスポーツ1130県民運動」を知っていますか。

⑧ 朝食は毎日食べますか。

⑨ 毎日どのくらい寝ていますか。

⑩ 平日の就寝時刻は何時ですか。

⑪ 平日(月～金曜日)について聞きます。学習以外にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ますか。

⑫ 体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。

① 握力

② 上体起こし

③ 長座体前屈

④ 反復横とび

⑤ 20m シャトルラン

⑥ 50m 走

⑦ 立ち幅とび

⑧ ソフトボール投げ



お願い！文字はワクからはみだしたり、位どりをまちがえたりしないように正確に記録してください。

裏面20mシャトルラン記録用紙と得点欄

