

# 平成31年（令和元年）度 新体力テスト記録表（中・高校生用）

No	名前			鳥取県
1	平成31年4月1日現在の年齢	才	2	性別 1、男 2、女
3	都市階級区分	1、大・中都市	2、小都市	3、町 村
4	所 属	1、中学校	2、高等学校全日制	3 高等学校定時制
5	運動部や地域スポーツクラブへの所属状況	1、所属している 2、所属していない		
6	運動・スポーツの実施状況 (保健体育の授業を除く)	1、ほとんど毎日(週に3日以上) 2、ときどき(週に1~2日程度) 3、ときたま(月に1~3日程度) 4、しない		
7	1日の運動・スポーツ実施時間 (保健体育の授業を除く)	1、30分未満 2、30分以上1時間未満 3、1時間以上2時間未満 4、2時間以上		
8	朝食の有無	1、毎日食べる 2、時々欠かす 3、まったく食べない		
9	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		
10	1日のテレビ視聴時間 (テレビゲームも含む)	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		
11	1日のパソコンや携帯電話の 利用時間(メールも含む)	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		
12	体 格	1、身長 , c m 2、体重 , k g 3、座高 , c m		

項 目		記 録		得 点
1	握 力	右	1回目 k g 2回目 k g	
		左	1回目 k g 2回目 k g	
		平均	k g	
2	上体起こし			回
3	長座体前屈	1回目 c m	2回目 c m	
4	反復横とび	1回目 点	2回目 点	
5	20 mシャトルラン (往復持久走)	折り返し数	回(最大酸素摂取量 ml/kg・分)	
6	50 m走			. 秒
7	立ち幅とび	1回目 c m	2回目 c m	
8	ハンドボール投げ	1回目 m	2回目 m	
得 点 合 計				
総 合 評 価				A B C D E

※この記録用紙は、統計以外の目的には使用いたしません。