

「実技に関する調査」の測定時のポイント

実技の前に先生と一緒に確認しましょう！！

「握力」



「上体起こし」



「長座体前屈」



「反復横とび」



「シャトルラン」



「50m走」



「立ち幅とび」



「ボール投げ」



数字見本にならって数字を記入しましょう。

1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

実技に関する調査

2回テストをする種目については、良い方の記録の左側に○をつけてください。
総合評価は該当する記号に○をつけてください。

種目		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				kg	
② 上体起こし		回				
③ 長座体前屈		1回目	cm	2回目	cm	
④ 反復横とび		1回目	点	2回目	点	
⑤ 20mシャトルラン(往復持久走)		折り返し数 回				
⑥ 50m走		秒				
⑦ 立ち幅とび		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

質問紙調査（質問は長崎県版を含め⑩までです。） あてはまる番号を○で囲んでください。□には数字を記入してください。

No.		都道府県名	長崎県	市区町村名	
①	学校名	小学校 特別支援学校		② 性別	1. 男 2. 女
③	都市階級区分 (居住地)	1. 大・中都市 (人口15万人以上の市, 政令指定都市) 2. 小都市 (人口15万人未満の市) 3. 町村			
④	運動部やスポーツクラブにはいっていますか。 (スポーツ少年団をふくみます)	1. はいっている 2. はいっていない			
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(週に3日以上) 2. 時々(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。 (学校の体育の授業をのぞきます)	1. 30分未満 2. 30分以上1時間未満 3. 1時間以上2時間未満 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。 (テレビゲームもふくみます)	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	体格(小数第1位まで)	(1) 身長 cm (2) 体重 kg			

質問紙調査(長崎県のみ)

11. 運動やスポーツをすることは好きですか	1. 好き 3. どちらかといえば嫌い	2. どちらかといえば好き 4. 嫌い
12. 運動やスポーツをすることは得意ですか	1. 得意 3. あまり得意ではない	2. まあまあ得意 4. 得意ではない
13. 体育のお勉強は楽しいですか	1. 楽しい 3. あまり楽しくない	2. まあまあ楽しい 4. 楽しくない
14. 体育のお勉強で運動のやり方やうまくできるようになるための方法がわかりましたか	1. わかった 3. あまりわからなかった	2. まあまあわかった 4. わからなかった
15. 体育のお勉強では運動やスポーツが今までよりもうまくなりましたか	1. うまくなってきた 3. あまりならなかった	2. まあまあできるようになった 4. できるようにならなかった
16. 体育でお勉強したことは将来(大人になって)役に立つと思いますか	1. 役に立つ 3. あまり役に立たない	2. やや役に立つ 4. 役に立たない