

体力・形態測定記録用紙

測定日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 測定場所 _____ カテゴリー _____

フリガナ _____ 【西暦】

No. _____ 氏名 _____ 生年月日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 年齢 _____ 歳

性別 _____ 女 ・ 男 利き腕 _____ 右 ・ 左 ・ 両

都道府県名 _____ 所属（学校名） _____ （チーム名） _____

該当ポジション／役割に全て ○ をしてください。【複数回答可】

【 WS ・ OH ・ OP ・ MB ・ S ・ L ・ R ・ RS ・ その他() 】

		項目		記録		記入時特記		
1	形態	身長		. cm		小数点第一位		
2		体重		. kg		小数点第二位		
3		上腕背部皮脂厚		. mm		小数点第一位		
4		肩甲骨下角皮脂厚		. mm		小数点第一位		
5		指高		片手 . cm	両手 . cm	小数点第一位		
6	スピード	20m スプリント	1st	10m . 秒	20m . 秒	小数点第二位		
			2nd	10m . 秒	20m . 秒			
7	敏捷性	プロアジリティーテスト		1st . 秒	2nd . 秒	小数点第二位		
8		9m3 往復		1st . 秒	2nd . 秒	小数点第二位		
9		T-Test		1st . 秒	2nd . 秒	小数点第二位		
10	パワー	下肢	垂直跳[到達点]		1st cm	2nd cm	小数点第零位	
11			ランニングジャンプ[到達点]		1st cm	2nd cm	小数点第零位	
12			ブロックジャンプ	右方向へ[到達点]	1st cm	2nd cm	小数点第零位	
13				左方向へ[到達点]	1st cm	2nd cm	小数点第零位	
14			立ち幅跳		1st . m	2nd . m	小数点第二位	
15			両脚3回跳		1st . m	2nd . m	小数点第二位	
16			立ち3段跳		1st . m	2nd . m	小数点第二位	
17			上肢	オーバースロー 男2kg女1kg		1st . m	2nd . m	小数点第二位
18				バックスロー 男4kg女3kg		1st . m	2nd . m	小数点第二位
19	フロントスロー 男4kg女3kg			1st . m	2nd . m	小数点第二位		
20	柔軟性	肩関節	バッククラッチ		右上 . cm	左上 . cm	小数点第一位	
21		股関節	開脚テスト		. cm		小数点第一位	
22			立位体前屈		. cm		小数点第一位	
23		動的	片脚ファンクショナルリーチ		右手 . cm	左手 . cm	小数点第一位	
24	持久力	全身	YO-YO テスト		m		小数点第零位	
25		筋	30秒シットアップ		回		小数点第零位	
26	筋力	握力（右）		1st . kg	2nd . kg	小数点第一位		
27		握力（左）		1st . kg	2nd . kg	小数点第一位		

承諾書

殿

私は、体力・形態測定実施について測定の目的、意義、内容および測定結果の管理、活用について説明をうけましたので、実施を承諾します。

年 _____ 月 _____ 日 自署（姓・名） _____