

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 男 ・ 女 利き腕 右 ・ 左 ・ 両

都道府県名 所属 (クラブ名) (学校名)

該当ポジションに全て ○ をしてください。【複数回答可】

レフト ・ センター ・ ライト ・ セッター ・ バックレフト
 バックセンター ・ バックライト ・ 未経験 ・ 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		指高		片手 . cm	両手 . cm	小数点第一位	
4	スピード	20m スプリント	1st	20m . 秒	. 秒	小数点第二位	
			2nd	20m . 秒			
5	敏捷性	プロアジリティーテスト		1st . 秒	2nd . 秒	小数点第二位	
6	パワー	下肢	垂直跳び [到達点]		1st cm	2nd cm	小数点第零位
7			ランニングジャンプ [到達点]		1st cm	2nd cm	小数点第零位
8		上肢	オーバードスロー <small>バレーボール4号球軽量</small>		1st . m	2nd . m	小数点第二位
9	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
10		股関節	開脚テスト		. cm		小数点第一位
11			立位体前屈		. cm		小数点第一位
12		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
13	持久力	30秒シットアップ		回		小数点第零位	
14	筋力	握力 (右)		1st . kg	2nd . kg	小数点第一位	
		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)