

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) _____ (クラブ名) _____

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	20m . 秒	. 秒	小数点第二位	
			2nd	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	パワー	下肢	垂直跳び[到達点]		1st cm	2nd cm	小数点第零位
9			ランニングジャンプ[到達点]		1st cm	2nd cm	小数点第零位
10			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
11				クロスオーバー 左方向へ[到達点]	1st cm	2nd cm	小数点第零位
12			3回跳び		1st . m	2nd . m	小数点第二位
13	上肢	オーバーヘッドスロー 男 2kg 女 1kg		1st . m	2nd . m	小数点第二位	
14	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
15		股関節	開脚テスト		. cm		小数点第一位
16			立位体前屈		. cm		小数点第一位
17		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
18	持久力	筋	YO-YO テスト		. m		小数点第零位
19		全身	30秒シットアップ		. 回		小数点第零位
20	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)