



わたしの成長記録

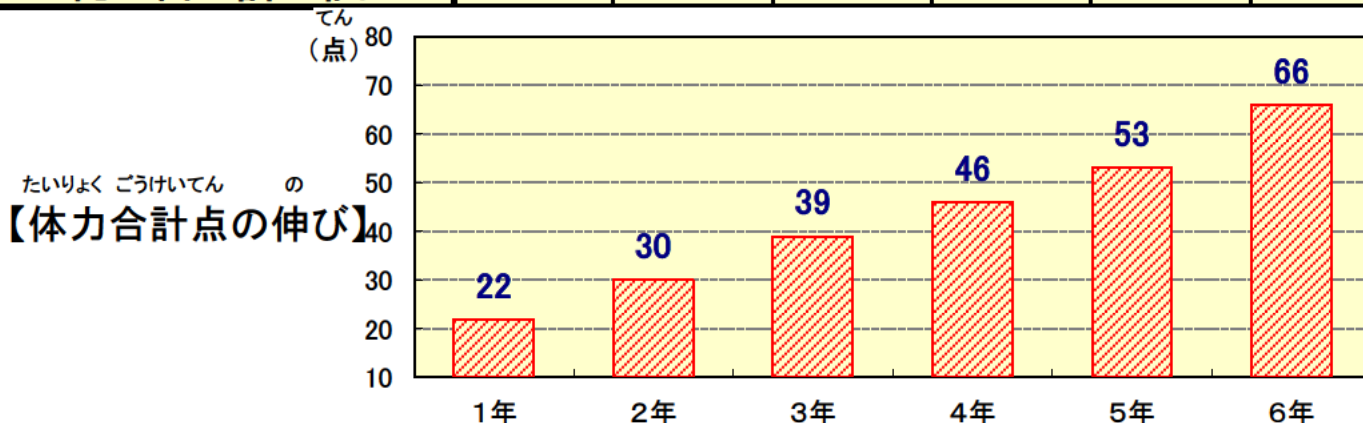
(新体力テストの記録)

参考資料⑥



6	年	A	組	2	席	三重	太郎
---	---	---	---	---	---	----	----

No.	新体力テスト	1年	2年	3年	4年	5年	6年	
		A組	B組	A組	C組	A組	B組	
		9席	2席	1席	2席	9席	6席	
1	握力	記録	6 kg	9 kg	13 kg	15 kg	18 kg	22 kg
		得点	2 点	4 点	5 点	6 点	7 点	8 点
2	上体起こし	記録	14 回	9 回	7 回	12 回	12 回	23 回
		得点	5 点	4 点	3 点	5 点	5 点	9 点
3	長座体前屈	記録	25 cm	24 cm	20 cm	20 cm	28 cm	30 cm
		得点	4 点	4 点	3 点	3 点	5 点	6 点
4	反復横とび	記録	22 点	23 点	30 点	39 点	40 点	51 点
		得点	3 点	3 点	5 点	7 点	7 点	10 点
5	20mシャトルラン	記録	15 回	20 回	35 回	40 回	42 回	44 回
		得点	4 点	4 点	6 点	6 点	6 点	6 点
6	50m走	記録	12.6 秒	12.2 秒	9.1 秒	8.8 秒	8.5 秒	8.0 秒
		得点	2 点	3 点	7 点	8 点	8 点	10 点
7	立ち幅とび	記録	90 cm	118 cm	147 cm	136 cm	174 cm	173 cm
		得点	1 点	4 点	6 点	5 点	8 点	8 点
8	ソフトボール投げ	記録	3 m	11 m	12 m	23 m	25 m	38 m
		得点	1 点	4 点	4 点	6 点	7 点	9 点
体力合計点			22 点	30 点	39 点	46 点	53 点	66 点
総合評価			D	D	C	C	C	B



6 年 A 組 2 席 三重 太郎

体力合計点 66 点

総合評価 B (A から E の5段階評価)

種目	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20m シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール 投げ
記録	22 kg	23 回	30 cm	51 点	44 回	8.0 秒	173 cm	38 m
得点	8 点	9 点	6 点	10 点	6 点	10 点	8 点	9 点

【項目別得点表】《 小学校男子 》

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20m シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール 投げ
10	26 Kg以上	26 回以上	49 cm以上	50 点以上	80 回以上	8.0 秒以下	192 cm以上	40 m以上
9	23～25	23～25	43～48	46～49	69～79	8.1～8.4	180～191	35～39
8	20～22	20～22	38～42	42～45	57～68	8.5～8.8	168～179	30～34
7	17～19	18～19	34～37	38～41	45～56	8.9～9.3	156～167	24～29
6	14～16	15～17	30～33	34～37	33～44	9.4～9.9	143～155	18～23
5	11～13	12～14	27～29	30～33	23～32	10.0～10.6	130～142	13～17
4	9～10	9～11	23～26	26～29	15～22	10.7～11.4	117～129	10～12
3	7～8	6～8	19～22	22～25	10～14	11.5～12.2	105～116	7～9
2	5～6	3～5	15～18	18～21	8～9	12.3～13.0	93～104	5～6
1	4 Kg以下	2 回以下	14 cm以下	17 点以下	7 回以下	13.1 秒以上	92 cm以下	4 m以下

【総合評価基準表】

段階	6 歳 (1年生)	7 歳 (2年生)	8 歳 (3年生)	9 歳 (4年生)	10 歳 (5年生)	11 歳 (6年生)
A	39 点以上	47 点以上	53 点以上	59 点以上	65 点以上	71 点以上
B	33～38	41～46	46～52	52～58	58～64	63～70
C	27～32	34～40	39～45	45～51	50～57	55～62
D	22～26	27～33	32～38	38～44	42～49	46～54
E	21 点以下	26 点以下	31 点以下	37 点以下	41 点以下	45 点以下