

体格・新体力テスト調査シートの入力について

【準備】

府教委保健体育課学校体育係ホームページの「各種用紙ダウンロード」から必要なファイルをダウンロードし、適当な作業用フォルダに保存してください。

○使用するファイル

「体格・新体力テスト：小学校・義務教育学校（前期課程）用シート」（Excel）

「体格・新体力テスト：中学校・義務教育学校（後期課程）、高等学校用シート」（Excel）

「新体力テスト記録用紙：小学校・義務教育学校（前期課程）用」（Word）

又は

「新体力テスト記録用紙：中学校・義務教育学校（後期課程）及び高等学校用」（Word）

「学校コード一覧表」（Excel）

◇見本「体格・新体力テスト：小学校・義務教育学校（前期課程）用シート」

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE
	学校コード	性別	地域	年齢	身長(cm)	体重(kg)	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横這(1分)	20m走(秒)	50m走(秒)	立ち幅踏み上げ(cm)	ボール投げ(m)	総合得点	ア	イ	ウ	エ	オ	カ	チェック欄	握	上	長	反	20	50	立	ソ	総合評価
1															17																
2															17																
3															17																
4															17																
5															17																
6															17																
7															17																
8															17																
9															17																
10															17																
11															17																
12															17																
13															17																
14															17																
15															17																
16															17																
17															17																
18															17																
19															17																
20															17																
21															17																
22															17																
23															17																
24															17																
25															17																
26															17																

◇見本「入力」 ※入力例のシートを参考に入力してください。

	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	
1	性別	地域	年齢	身長(cm)	体重(kg)	握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(mm)	反復横這(1分)	20m走(秒)	50m走(秒)	立ち幅踏み上げ(cm)	ボール投げ(m)	総合得点	ア	イ	ウ	エ	オ	カ	チェック欄	握	上	長	反	20	50	立	ソ	総合評価	
2	1	A	6	120.8	20.7	11	13	32	31	25	10.6	147	9	40	1	3	1	2	1	1		5	5	6	5	5	5	6	3	A	
3	1	A	6	117.8	19.4	6	5	24	28	23	12.5	110	7	25	1	2	1	3	1	1		2	2	4	4	5	2	3	3	D	
4	1	A	6	116.7	18.1	5	6	24	24	8	13.7	124	4	21	1	1	1	2	1	2		2	3	4	4	2	1	4	1	E	
5	2	A	6	114.6	21.1	9	14			11	12	120	8	37	3	1	1	3	1	1		4	6	6	5	3	4	4	5	B	
6	2	A	6	116.8	19.2	13					10.9	110	3	30	2	1	1	3				2	5	7	5	1	5	4	1	C	
7	2	A	6	114.5	21.8						10.3	115	6	37	3	3	1	3	1	1		3	8	5	5	2	6	4	4	B	
8	1	A	7	115.5	19.8							135	21	41	2	1	1	2	1	2											
9	1	A	7	116.2								145	20	44	2	1	1	1	1	1											
10	1	A	7	123.2								125	13	37	4	2	1	2	1	1											
11	2	A	7	118.6	20.1							105	3	25	4	3	1	3	2	1											
12	2	A	7									118	120	32	2	2	1	2	1	2											
13	2	A	7	129.6								130	9	47	1	2	1	2	1	3		5	7	7	6	8	4	5	5	A	
14	1	A	8	119.5								142	13	43	2	3	1	2	1	2		5	8	5	4	6	5	5	5	C	
15	1	A	8	132.5								155	15	40	1	2	1	1	1	4		5	6	5	3	5	5	6	5	C	
16	1	A	8	125.5	26.9							145	19	45	1	3	1	1	1	2		5	9	6	4	5	4	6	6	C	
17	2	A	8	127.8	24.0							140	9	43	4	4	2	3	3	2		4	6	7	5	5	5	6	5	C	
18	2	A	8	132.5	25.6							100	5	27	4	4	2	3	3	3		3	6	5	4	2	1	3	3	E	
19	2	A	8	139.6	34.2							145	12	48	4	4	2	3	3	3		6	10	7	4	4	5	6	6	B	
20	1	A	9	133.9	28.8									34	53	1	1	1	1	1	3		6	9	5	7	6	7	5	8	B
21	1	A	9	136.6	32.2									23	53	1	1	1	1	1	4		5	7	5	9	7	7	7	6	B
22	1	A	9	139.8	35.8									34	56	1	1	1	1	1	4		6	9	5	8	7	7	6	8	C
23	2	A	9	131.2	28.5									11	48	2	2	1	2	1	1		5	8	4	7	7	7	4	6	C
24	2	A	9	134.6	25.0									19	58	1	2	1	2	1	1		6	10	6	8	8	7	5	8	B
25	2	A	9	133.6	30.0									15	48	1	2	1	2	1	1		5	10	5	5	6	5	5	7	C
26	1	A	10	140.4	36.8									33	64	1	1	1	1	1	1		6	10	8	9	7	9	7	8	B
27	1	A	10	139.1	32.6									45	69	1	2	1	1	1	2		7	10	8	8	8	10	8	10	A
28	1	A	10	135.3	28.2									23	52	1	1	1	2	1	3		5	7	6	7	7	7	7	6	C
29	2	A	10	136.0	31.6									17	55	2	2	1	2	1	4		6	7	8	7	7	6	6	8	C
30	2	A	10	137.7	33.6									26	73	1	1	1	1	1	1		7	10	8	9	9	10	10	10	A
31	2	A	10	129.2	30.6									11	47	2	2	1	2	1	3		6	6	6	7	4	6	6	6	D
32	1	A	11	150.1	39.4									26	54	2	4	1	3	1	4		7	7	6	6	5	7	9	7	D

入力例です。実際の入力は、もう1枚のシートです。色つきの列には関数が入っています。消さないようにしてください。

※記録を入力することにEnterを押し「ボール投げ」まで入力したらEnterで「身長」に移動する方法。
「ボール」「オプション」「編集」移動方向を「右」に変更。
Ctrl+入力範囲指定。
作業を途中でやめた場合、範囲の設定をもう一度する必要がある。

列には入力しないでください。

W列～AE列には入力しないでください。

小学校・義務教育学校（前期課程）

入力例 Sheet3

【入力について】

- 1 学校コード ※データは、他校と一括処理されるので、学校コードの間違いないよう注意してください。
- 2 校 種 小学校及び義務教育学校前期課程は入力欄なし。
中学校及び義務教育学校後期課程【2】
高等学校全日制【3】 高等学校定時制【4】
- 3 性 別 男子【1】 女子【2】
- 4 地 域 京都市内・乙訓地域【A】 山城地域【B】 南丹地域【C】
中丹地域【D】 丹後地域【E】
- 5 区 分 ※高等学校のみ入力してください。
普通科及び総合選択制【1】
普通科スポーツ総合専攻【2】
普通科美術・工芸専攻【3】
スポーツ健康科学科以外の専門学科【4】
スポーツ健康科学科【5】
総合学科【6】
- 6 年 齢 下記参照（令和7年4月1日現在）

校 種	学 年	入 力
小学校 (義務教育学校前期課程)	1年生	【6】
	2年生	【7】
	3年生	【8】
	4年生	【9】
	5年生	【10】
	6年生	【11】
中学校 (義務教育学校後期課程)	1（7）年生	【12】
	2（8）年生	【13】
	3（9）年生	【14】
高等学校	1年生	【15】
	2年生	【16】
	3年生	【17】
	4年生	【18】

- 7 備 考 ※中学校、義務教育学校後期課程及び高等学校のみ入力してください。
運動部や地域スポーツクラブに所属している【1】 していない【0】

8 体 格 小数点以下1桁まで入力。

※欠席等により、1項目でも未測定がある場合、調査対象としないください。

9 体力診断テスト

握力：kg未満切り上げ
上体起こし：整数で記入
長座体前屈：cm未満切り捨て
反復横とび：整数で記入
20mシャトルラン：整数で記入
50m走：1/10秒未満切り上げ
立ち幅とび：cm未満切り捨て
ボール投げ：m未満切り捨て
(小学生はソフトボール投げ、中・高校生はハンドボール投げ)

※欠席等により、1項目でも未測定がある場合、調査対象としないください。

10 総合得点

※自動で計算されますので、式の入っている列を削除しないように注意してください。

11 補 足

※必ず、すべての項目に回答してください。

ア) 運動・スポーツの実施状況 (学校体育の授業を除く)

ほとんど毎日 (週3日以上) 【1】 ときどき (週1～2日程度) 【2】
ときたま (月1～3日程度) 【3】 しない 【4】

イ) 1日の運動・スポーツ実施時間 (学校体育の授業を除く)

30分未満 【1】 30分以上1時間未満 【2】
1時間以上2時間未満 【3】 2時間以上 【4】

ウ) 自分の好きな運動やスポーツ (実施する運動やスポーツ)

1つ以上ある 【1】 ない 【2】

エ) 朝食摂取の有無

毎日食べる 【1】 食べない日もある 【2】 全く食べない 【3】

オ) 1日の睡眠時間

6時間未満 【1】 6時間以上8時間未満 【2】 8時間以上 【3】

カ) 1日の学習以外のスクリーンタイム※

※テレビ、ゲーム機、スマートフォン、パソコン等の視聴時間

1時間未満 【1】 1時間以上2時間未満 【2】
2時間以上3時間未満 【3】 3時間以上 【4】

12 チェック欄

入力不要