

新体カテストについて

対象年齢	テスト項目		評価方法					
	全年齢共通	各対象年齢別						
6 ～ 11 歳	握力 上体起こし	反復横とび 50m走 立ち幅とび ソフトボール投げ 20mシャトルラン（往復持久走）	<table border="1"> <tr><td>男女別</td></tr> <tr><td>項目別</td></tr> <tr><td>↓</td></tr> <tr><td>年齢別</td></tr> </table> 1～10点 総合評価（A～E）	男女別	項目別	↓	年齢別	
男女別								
項目別								
↓								
年齢別								
12 ～ 19 歳	長座体前屈	反復横とび 50m走 立ち幅とび ハンドボール投げ 持久走（男子1500m，女子1000m） または、20mシャトルラン	<table border="1"> <tr><td>男女別</td></tr> <tr><td>項目別</td></tr> <tr><td>↓</td></tr> <tr><td>年齢別</td></tr> </table> 1～10点 総合評価（A～E）	男女別	項目別	↓	年齢別	
男女別								
項目別								
↓								
年齢別								
20 ～ 64 歳		反復横とび 立ち幅とび 急歩（男性1500m，女性1000m） または、20mシャトルラン	<table border="1"> <tr><td>男女別</td></tr> <tr><td>項目別</td></tr> <tr><td>↓</td></tr> <tr><td>年代別</td></tr> </table> 1～10点 総合評価（A～E） + <table border="1"> <tr><td>体力年齢（年代別）</td></tr> </table> *年代は5歳刻み	男女別	項目別	↓	年代別	体力年齢（年代別）
男女別								
項目別								
↓								
年代別								
体力年齢（年代別）								
65 ～ 79 歳		開眼片足立ち 10m障害物歩行 6分間歩行 ADL（日常生活活動テスト）	<table border="1"> <tr><td>男女別</td></tr> <tr><td>項目別</td></tr> <tr><td>↓</td></tr> <tr><td>年代別</td></tr> </table> 1～10点 総合評価（A～E） *年代は5歳刻み	男女別	項目別	↓	年代別	
男女別								
項目別								
↓								
年代別								