

【令和 7 年度「体力・運動能力調査」調査票】



統計法に基づく国の
統計調査です。調査
票情報の秘密の保護
に万全を期します。

新体力テスト（12 歳～19 歳）

記 録 用 紙

スポーツ庁

記入上の注意

- 1) 「住所」は、居住地の都道府県名を記入してください。
- 2) 「年齢」は、調査実施年度の令和 7 年 4 月 1 日現在の満年齢を記入してください。
- 3) 「都市階級区分」については、居住地が次のいずれに該当するかを判断し、その番号を○で囲んでください。
 - (1) 大・中都市…人口 1 5 万人以上の市、政令指定都市、東京都区部。
 - (2) 小都市………人口 1 5 万人未満の市。
 - (3) 町村
- 4) 「運動・スポーツの実施状況」及び「1 日の運動・スポーツ実施時間」については、学校の体育の授業を除いた運動・スポーツの実施状況及び実施時間について該当する番号を○で囲んでください。
- 5) その他については、該当する番号を○で囲んでください。
- 6) 2 回テストをする項目については、そのよい方の記録の左側に○印をつけてください。
- 7) 総合評価については、該当する記号を○で囲んでください。

No.	氏 名		本人の住所	都道府県
1. 令和7年4月1日現在の年齢		歳	2. 性別	男 ・ 女
3. 都市階級区分		1. 大・中都市	2. 小都市	3. 町村
4. 所 属		1. 中学校	2. 高等学校全日制	3. 高等学校定時制
		4. 高等専門学校	5. 短期大学	6. 大学
5. 運動部や地域スポーツクラブへの所属状況		1. 所属している	2. 所属していない	
6. 運動・スポーツの実施状況 (学校の体育の授業を除く)		1. ほとんど毎日(週3日以上)	2. ととき(週1～2日程度)	
		3. ときたま(月1～3日程度)	4. しない	
7. 1日の運動・スポーツ実施時間 (学校の体育の授業を除く)		1. 30分未満	2. 30分以上1時間未満	
		3. 1時間以上2時間未満	4. 2時間以上	
8. 朝食の有無		1. 毎日食べる	2. 時々欠かす	3. まったく食べない
9. 1日の睡眠時間		1. 6時間未満	2. 6時間以上8時間未満	3. 8時間以上
10. ぐっすり眠ることができますか		1. 週に6日以上	2. 週に4～5日	
		3. 週に2～3日	4. 週に1日以下	
11. 学習以外で、1日のテレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの視聴時間		1. 1時間未満	2. 1時間以上2時間未満	
		3. 2時間以上3時間未満	4. 3時間以上	
12. なんでも最後までやりとげたいと思う		1. とてもそう思う	2. まあそう思う	
		3. あまりそう思わない	4. まったくそう思わない	
13. 体 格		1. 身長	cm	2. 体重
				kg

項 目		記 録		得 点		
1.握 力	右	1回目	kg	2回目	kg	
	左	1回目	kg	2回目	kg	
	平均	kg				
2.上体起こし		回				
3.長座体前屈		1回目	cm	2回目	cm	
4.反復横とび		1回目	点	2回目	点	
5.	持久走	分 秒				
	20mシャトルラン(往復持久走)	折り返し数	回 (最大酸素摂取量	ml/kg・分)		
6.50m走		秒				
7.立ち幅とび		1回目	cm	2回目	cm	
8.ハンドボール投げ		1回目	m	2回目	m	
得 点 合 計						
総 合 評 価						A B C D E

20mシャトルラン(往復持久走) 記録用紙

レベル	1	2	3	4	5	6	7										
1																	
レベル	8	9	10	11	12	13	14	15									
2																	
レベル	16	17	18	19	20	21	22	23									
3																	
レベル	24	25	26	27	28	29	30	31	32								
4																	
レベル	33	34	35	36	37	38	39	40	41								
5																	
レベル	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51							
6																	
レベル	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61							
7																	
レベル	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72						
8																	
レベル	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83						
9																	
レベル	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94						
10																	
レベル	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106					
11																	
レベル	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118					
12																	
レベル	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131				
13																	
レベル	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144				
14																	
レベル	145	146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157				
15																	
レベル	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171			
16																	
レベル	172	173	174	175	176	177	178	179	180	181	182	183	184	185			
17																	
レベル	186	187	188	189	190	191	192	193	194	195	196	197	198	199	200		
18																	
レベル	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214	215		
19																	
レベル	216	217	218	219	220	221	222	223	224	225	226	227	228	229	230	231	
20																	
レベル	232	233	234	235	236	237	238	239	240	241	242	243	244	245	246	247	
21																	

レベル

レベル	132
14	

折り返し回数

132

折り返すごとに、レ点を入れる。