

II 質問紙

平成24年度札幌市体力・運動能力調査 調査票(小学校1～4学年用)

がっこうめい 学校名	さつぽろしりつ 札幌市立	しょうがっこう 小学校	がくねん 学年・学級・出席番号	ねん 年	くみ 組	ばん 番		
1. 平成24年4月1日現在の年齢		さい 歳	せいべつ 性別	おとこ 男	おんな 女	3. 都市階級区分	① だい 大	ちゅうとし 中都市
4. 運動部やスポーツクラブにはいますか。 (スポーツ少年団を含みます)			1. はいっている				2. はいっていない	
5. 運動やスポーツをどのくらいしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)		1. ほとんど毎日(週に3日以上)		2. ときどき(週に1～2日くらい)		3. ときたま(月に1～3日くらい)		4. しない
6. 運動やスポーツをするときは、1日にどのくらい時間しますか。(学校の体育の授業をのぞきます)		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
7. 朝食は食べますか。		1. 毎日食べる		2. ときどき食べない		3. 毎日食べない		
8. 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		
9. 1日にどのくらいテレビを見ますか。(テレビゲームも含みます)		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
10. 体格(※小数第1位まで)		1. 身長	cm	2. 体重	kg	3. 座高	cm	
11. 運動やスポーツをすることは好きですか。		1. 好き		2. やや好き		3. ややきらい		4. きらい
12. 運動やスポーツをすることは得意ですか。		1. 得意		2. やや得意		3. やや不得意		4. 不得意

※冬の間(雪の積もっている時期)の運動やスポーツなどのことについて教えてください。

13. 冬の間、運動やスポーツをどのくらいしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)		1. ほとんど毎日(週に3日以上)		2. ときどき(週に1～2日くらい)		3. ときたま(月に1～3日くらい)		4. しない
14. 冬の間、運動やスポーツをするときは、1日にどのくらいの時間しますか(学校の体育の授業をのぞきます)		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
15. 冬の間、どのウインタースポーツ(雪や氷の上で行うスポーツ)をしていますか。あてはまるものをすべて選んでください。		1. 特になし		2. アルペンスキー		3. 歩くスキー		4. スノーボード
		5. スケート		6. スノーホッケー		7. カーリング		8. その他()

16.	ウィンタースポーツをすることは好きですか。	1. 好き 2. やや好き 3. ややきらい 4. きらい
17.	ウィンタースポーツをすることは得意ですか。	1. 得意 2. やや得意 3. やや不得意 4. 不得意
18.	冬の間、ウィンタースポーツをどのくらいしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)	1. ほとんど毎日(週に3日以上) 2. ときどき(週に1~2日くらい) 3. ときたま(月に1~3日くらい) 4. しない
19.	冬の間、ウィンタースポーツをするときは、1日にどのくらいの時間しますか。(学校の体育の授業をのぞきます)	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
20.	冬の間、雪が積もった日に雪かき(除雪)をどのくらいしていますか。	1. 雪が積もった日は、ほとんど毎日(週に3日以上) 2. 雪が積もった日に、ときどき(週に1~2日くらい) 3. 雪が積もった日に、ときたま(月に1~3日くらい) 4. しない

・実技調査の記録を記入してください。

こ 項 目		き 記 録		と く て ん 得 点				
1. 握力	みぎ 右	かいめ 1回目	kg	かいめ 2回目	kg			
	ひだり 左	かいめ 1回目	kg	かいめ 2回目	kg			
	へいきん 平均				kg			
※キログラム未満は切り捨てる								
2. 上体起こし				かい 回				
3. 長座体前屈	※センチメートル未満 は切り捨てる	かいめ 1回目	cm	かいめ 2回目	cm			
4. 反復横とび		かいめ 1回目	てん 点	かいめ 2回目	てん 点			
5. 20mシャトルラン(往復持久走)		お か え す う 折り返し数		かい 回				
6. 50m走	※記録は1/10秒単位とし、 1/10秒未満は切り上げる。			び よ う 秒				
7. 立ち幅とび	※センチメートル未満 は切り捨てる	かいめ 1回目	cm	かいめ 2回目	cm			
8. ソフトボール投げ	※メートル未満 は切り捨てる	かいめ 1回目	m	かいめ 2回目	m			
と く 得 点		ご う 合 計						
そ う 総	ご う 合	ひ ょう 評	か 価	A	B	C	D	E

平成24年度札幌市体力・運動能力調査 調査票(小学校5・6学年用)

がっこうめい 学校名	さつほろしりつ 札幌市立	しょうがっこう 小学校	がくねん がっきゅう しゅっせきばんごう 学年・学級・出席番号	ねん 年	くみ 組	ばん 番
1. へいせい ねん がつ ついたち げんざい ねんれい 平成24年4月1日現在の年齢	さい 歳	2. せいべつ 性別	おとこ おんな 男・女	3. とし かいきゅうぶん 都市階級区分	①. だい ちゅうと し 大・中都市	
4. うんどうぶ 運動部やスポーツクラブにはいますか。 (スポーツ少年団を含みます)			1. はいっている 2. はいっていない			
5. うんどう 運動やスポーツをどのくらいしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)		1. ほとんど毎日(週に3日以上) 2. ときどき(週に1~2日くらい) 3. ときたま(月に1~3日くらい) 4. しない				
6. うんどう 運動やスポーツをするときは、1日にどのくらいの間時間しますか。 (学校の体育の授業をのぞきます)		1. ぶんみまん 30分未満 2. ぶんいじょう じかんみまん 30分以上1時間未満 3. じかんいじょう じかんみまん 1時間以上2時間未満 4. じかんいじょう 2時間以上				
7. ちょうしょく た 朝食は食べますか。		1. まいにち た 毎日食べる 2. ときどき た ときどき食べない 3. まいにち た 毎日食べない				
8. にち すいみんじ かん 1日の睡眠時間		1. じかんみまん 6時間未満 2. じかんいじょう じかんみまん 6時間以上8時間未満 3. じかんいじょう 8時間以上				
9. にち 1日にどのくらいテレビをみますか。 (テレビゲームも含みます)		1. じかんみまん 1時間未満 2. じかんいじょう じかんみまん 1時間以上2時間未満 3. じかんいじょう じかんみまん 2時間以上3時間未満 4. じかんいじょう 3時間以上				
10. たいかく しょうすざい い 体格(※小敷第1位まで)	1. しんちよう 身長	cm	2. たいじゆう 体重	kg	3. ざこう 座高	cm
11. じつもん 質問5で1、2、3に○をつけた人は、平日(月曜日から金曜日)では、平均して何日、運動やスポーツをしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)			1. にち 1日 2. 2日 3. 3日 4. 4日 5. 5日			
12. じつもん 質問6についてくわしくおしえてください。平日(月曜日から金曜日)では、平均して1日にどのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)		1. あさしぎようまえ 朝始業前 <input type="text"/> <input type="text"/> ぶん 分 2. なかやす 中休み(20分休みなど) <input type="text"/> <input type="text"/> ぶん 分 3. ひるやす 昼休み <input type="text"/> <input type="text"/> ぶん 分 4. ほうかご げこう 放課後(下校までの時間に) <input type="text"/> <input type="text"/> じかん 時間 <input type="text"/> <input type="text"/> ぶん 分 5. げこうご 下校後 <input type="text"/> <input type="text"/> じかん 時間 <input type="text"/> <input type="text"/> ぶん 分				
13. どうようび うんどう 土曜日に運動やスポーツをしていますか。		1. している 「している」と答えた人は、13-2、13-3へ 2. していない				
13-2 「している」と答えた人は、ひと月(4週間)あたり何回の土曜日に、運動やスポーツをしていますか。		1. つき かい 月に1回 2. つき かい 月に2回 3. つき かい 月に3回 4. つき かい 月に4回				
13-3 「している」と答えた人は、土曜日に1日平均して、どのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。		<input type="text"/> <input type="text"/> じかん 時間 <input type="text"/> <input type="text"/> ぶん 分				

14. 日曜日に運動やスポーツをしていますか。	1. している 「している」と答えた人は、14-2、14-3へ	2. していない
14-2 「している」と答えた人は、ひと月(4週間)あたり何回の日曜日に、運動やスポーツをしていますか。	1. 月に1回	2. 月に2回
	3. 月に3回	4. 月に4回
14-3 「している」と答えた人は、日曜日に1日平均してどのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。	<input type="text"/> <input type="text"/> 時間	<input type="text"/> <input type="text"/> 分
15. 運動やスポーツをすることは好きですか。	1. 好き	2. やや好き
	3. ややきらい	4. きらい
16. 運動やスポーツをすることは得意ですか。	1. 得意	2. やや得意
	3. やや不得意	4. 不得意
17. 運動やスポーツをもっとしたいと思いますか。	1. 思う	2. やや思う
	3. あまり思わない	4. 思わない
18. 運動やスポーツをすることは、あなたの体力をあげるために大切なことだと思いますか。	1. 思う	2. やや思う
	3. あまり思わない	4. 思わない
19. あなたの食事や睡眠時間の様子は、あなたの体力をあげることに繋がっていると思いますか。	1. 思う	2. やや思う
	3. あまり思わない	4. 思わない
20. 質問5で3. または4. に○を付けた人に質問します。運動やスポーツをしない理由は何ですか。あてはまるものをすべて選んでください。	1. はいりたい運動部や地域のスポーツクラブ(スポーツ少年団をふくむ)がないから 2. ほかにしていることがあるから(習い事や塾など) 3. 一緒にする友達がいないから 4. 運動やスポーツが苦手で自信がないから 5. してみたいスポーツが見つからないから 6. 疲れるから 7. する時間がないから 8. 運動やスポーツをする時間があれば、勉強などをするように言われるから 9. する場所や機会がないから 10. どこでスポーツ活動をしているかの情報がないから 11. してみたいと思わないから 12. その他()	

※冬の間(雪の積もっている時期)の運動やスポーツなどのことについて教えてください。

21. 冬の間、運動やスポーツをどのくらいしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)	1. ほとんど毎日(週に3日以上)	2. ととき(週に1~2日くらい)
	3. ときたま(月に1~3日くらい)	4. しない
22. 冬の間、運動やスポーツをするときは、1日にどのくらいの時間しますか(学校の体育の授業をのぞきます)	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

23.	ふゆ あいだ 冬の間、どのウインタースポーツ(雪や氷 うえ おこな の上で行うスポーツ)をしていますか。あ てはまるものをすべて選んでください。	1. 特になし 4. スノーボード 7. カーリング	2. アルペンスキー 5. スケート 8. その他()	3. あるスキー 6. スノーホッケー
24.	ウインタースポーツをすることは好きです か。	1. す 好き	2. ややす 好き	3. ややきらい 4. きらい
25.	ウインタースポーツをすることは得意です か。	1. とく 得意	2. ややとく 得意	3. ややふとく 不得意
26.	ふゆ あいだ 冬の間、ウインタースポーツをどのくらい していますか。(学校の体育の授業をの ぞきます)	1. ほとんど 毎日(週に3日以上)	2. とくとき (週に1~2日くらい)	3. ときたま (月に1~3日くらい)
27.	ふゆ あいだ 冬の間、ウインタースポーツをするとき は、1日にどのくらいの時間しますか。(学 校の体育の授業をのぞきます)	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
28.	ふゆ あいだ 冬の間、雪が積もった日に雪かき(除雪) をどのくらいしていますか。	1. 雪が積も った日は、ほとんど 毎日(週に3日以上)	2. 雪が積も った日に、ときどき (週に1~2日くらい)	3. 雪が積も った日に、ときたま (月に1~3日くらい)

じつぎ ちようさ きろく きにゆう
・実技調査の記録を記入してください。

こ う 項 目		き ろ く		とくてん 得点				
1. 握力	みぎ 右	かいめ 1回目	kg	かいめ 2回目	kg			
	ひだり 左	かいめ 1回目	kg	かいめ 2回目	kg			
	へいきん 平均				kg			
※キログラム未满是切り捨てる								
2. 上体起こし				かい 回				
3. 長座体前屈		※センチメートル未 满是切り捨てる		かいめ 1回目	cm	かいめ 2回目	cm	
4. 反復横とび		かいめ 1回目	てん 点	かいめ 2回目	てん 点			
5. 20mシャトルラン(往復持久走)		お かせ すう 折り返し数		かい 回				
6. 50m走		※記録は1/10秒単位とし、 1/10秒未满是切り上げる。				ひよ 秒		
7. 立ち幅とび		※センチメートル未 满是切り捨てる		かいめ 1回目	cm	かいめ 2回目	cm	
8. ソフトボール投げ		※メートル未 满是切り捨てる		かいめ 1回目	m	かいめ 2回目	m	
		とく 得	てん 点	こ う 合	けい 計			
そう 総	こ う 合	ひよ 評	か 価	A	B	C	D	E

平成24年度札幌市体力・運動能力調査 調査票(中学校・高等学校全学年用)

学校名	札幌市立		学校	学年・学級・出席番号		年	組	番
1. 平成24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			
4. 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		
5. 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(週に3日以上) 2. 時々(週に1~2日程度) 3. ときたま(月に1~3日程度) 4. しない					
6. 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					
7. 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					
8. 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					
9. 1日のテレビの視聴時間 (テレビゲームを含む)			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					
10. 体格(※小数第1位まで)	1. 身長	cm	2. 体重	kg	3. 座高	cm		
11. 質問5で1、2、3に○をつけた人は、平日(月曜日から金曜日)では、平均して何日、運動やスポーツをしていますか。(学校の体育の授業を除く)					1. 1日	2. 2日	3. 3日	4. 4日 5. 5日
12. 質問6について詳しく教えてください。平日(月曜日から金曜日)では、平均して1日にどのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。(学校の体育の授業を除く)			1. 朝始業前 <input type="text"/> <input type="text"/> 分 2. 昼休み <input type="text"/> <input type="text"/> 分 3. 放課後 <input type="text"/> <input type="text"/> 時間 <input type="text"/> <input type="text"/> 分					
13. 土曜日に運動やスポーツをしていますか。			1. している		「している」と答えた人は、13-2、13-3へ			2. していない
13-2 「している」と答えた人は、ひと月(4週間)あたり何回の土曜日に、運動やスポーツをしていますか。			1. 月に1回 2. 月に2回 3. 月に3回 4. 月に4回					
13-3 「している」と答えた人は、土曜日に一日平均して、どのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。			<input type="text"/> <input type="text"/> 時間 <input type="text"/> <input type="text"/> 分					

14. 日曜日に運動やスポーツをしていますか。	1. している 「している」と答えた人は、14-2、14-3へ	2. していない
14-2 「している」と答えた人は、ひと月(4週間)あたり何回の日曜日に、運動やスポーツをしていますか。	1. 月に1回	2. 月に2回
	3. 月に3回	4. 月に4回
14-3 「している」と答えた人は、日曜日に一日平均して、どのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。	<input type="text"/> <input type="text"/> 時間	<input type="text"/> <input type="text"/> 分
15. 運動やスポーツをすることは好きですか。	1. 好き	2. やや好き
	3. ややきらい	4. きらい
16. 運動やスポーツをすることは得意ですか。	1. 得意	2. やや得意
	3. やや不得意	4. 不得意
17. 運動やスポーツをもっとしたいと思いますか。	1. 思う	2. やや思う
	3. あまり思わない	4. 思わない
18. 運動やスポーツをすることは、あなたの体力をあげるために大切なことだと思いますか。	1. 思う	2. やや思う
	3. あまり思わない	4. 思わない
19. あなたの食事や睡眠時間の様子は、あなたの体力の向上につながっていると思いますか。	1. 思う	2. やや思う
	3. あまり思わない	4. 思わない
20. <u>質問5で3. または4. に○をつけた人に質問します。運動やスポーツをしない理由は何ですか。あてはまるものをすべて選んでください。</u>	1. 入りたい運動部活動がないから 2. 文化系の部活動に入っているから 3. 入りたい地域のスポーツクラブがないから 4. 一緒にする友達がいないから 5. 運動やスポーツが苦手で自信がないから 6. してみたいスポーツが見つからないから 7. 疲れるから 8. する時間がないから 9. 運動やスポーツをする時間があれば、勉強などをするように言われるから 10. する場所や機会がないから 11. どこでスポーツ活動をしているかの情報がないから 12. してみたいと思わないから 13. その他()	

※冬の間(雪の積もっている時期)の運動やスポーツなどのことについて教えてください。

21. 冬の間、運動やスポーツをどのくらいしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)	1. ほとんど毎日(週に3日以上)	2. 時々(週に1~2日くらい)
	3. ときたま(月に1~3日くらい)	4. しない
22. 冬の間、運動やスポーツをするときは、1日にどのくらいの時間しますか(学校の体育の授業をのぞきます)	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

23.	冬の間、どのウインタースポーツ(雪や氷の上で行うスポーツ)をしていますか。あてはまるものをすべて選んでください。	1. 特になし 4. スノーボード 7. カーリング	2. アルペンスキー 5. スケート 8. その他()	3. 歩くスキー 6. スノーホッケー
24.	ウインタースポーツをすることは好きですか。	1. 好き	2. やや好き	3. ややきらい 4. きらい
25.	ウインタースポーツをすることは得意ですか。	1. 得意	2. やや得意	3. やや不得意 4. 不得意
26.	冬の間、ウインタースポーツをどのくらいしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)	1. ほとんど毎日(週に3日以上) 2. 時々(週に1~2日くらい) 3. ときたま(月に1~3日くらい) 4. しない		
27.	冬の間、ウインタースポーツをするときは、1日にどのくらいの時間しますか。(学校の体育の授業をのぞきます)	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		
28.	冬の間、雪が積もった日に雪かき(除雪)をどのくらいしていますか。	1. 雪が積もった日は、ほとんど毎日(週に3日以上) 2. 雪が積もった日に、時々(週に1~2日くらい) 3. 雪が積もった日に、ときたま(月に1~3日くらい) 4. しない		

・実技調査の記録を記入してください。

※網掛けの部分は記入しなくてもかまいません。(最大酸素摂取量)

項 目		記 録				得 点	
1. 握力 ※キログラム未満は切り捨てる	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	※センチメートル未満は切り捨てる	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	※秒未満は切り捨てる				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		※記録は1/10秒単位とし、1/10秒未満は切り上げる。				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	