

# 運動適性テスト集計プログラムの使い方

2016年10月  
日本スポーツ少年団

## 1. ファイルを使ってみよう

- ①日本体育協会ホームページの体力測定（運動適性テスト）から、集計プログラム「count\_program\_201610」をダウンロードします。excelファイル内には複数のシートが存在しますが、ここでは「測定結果」「個人票」「人数表」のみ使用します。他のシートについては、入力しないようにしてください。

7	体協 四郎	男	20	173	63		23	6	28	6	42	5	1300
8													

- ②「測定結果」のシートを選択すると、記録表と得点表が表示されます。  
③「記録表」に運動適性テストの結果を入力します。

※ 入力にあたっては、「測定結果（入力例）」のシートを参考にしてください。

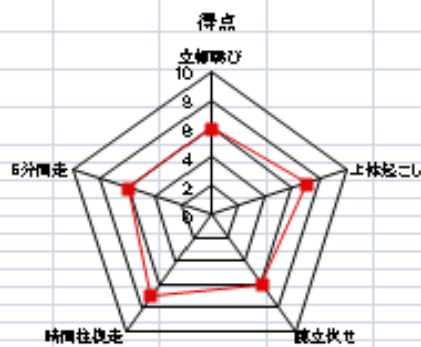
1								
2	No.	名前	性別	年齢	身長	体重	立幅 とび	上 起
3								
4	1	体協 花子	女	6	110	20		

- ④まず、「氏名（フルネーム）」（任意）、「性別（男または女）」（必須）、「年齢」（必須）の順に入力してください。また、年齢は運動適性テスト実施日時点での年齢を入力してください。
- ⑤次に、運動適性テスト各種目の測定値を入力してください。「立幅跳び」はcm、「上体起こし」「腕立て伏臥腕屈伸」は回数、「時間往復走」「5分間走」はm単位で入力してください。実施していない種目は空欄のままにし、0は入力しないでください。
- ⑥測定値を入力すると、右に得点、総合評価が自動的に表示されます。
- ⑦上記③～⑥の手順で、全員のデータを表に入力してください。

## 2. 結果を出力しよう

- ①シートを「測定結果」から「個人票」に切り替えてください。
- ②「入力番号」に数字を入力しますが、ここに入力する数字は「測定結果」シートの記録表の「No.」欄の数字です。つまり、1番目の団員の結果を出力したいのであれば、「入力番号」に「1」を入力しEnterキーを押します。
- ③すると、表の中に「名前」、「性別」、「年齢」のほかにも各種目の測定値と得点が表示されます。さらに、表の下のレーダーチャートには各種目の得点が表示されます。

個人測定結果表					
入力番号	1				
測定日	名前	性別	年齢	身長	体重
2015/1/8	林 悦 花 子	女	6	110cm	20kg
	立幅踏み	上体起こし	膝立伏せ	時間往復走	5分間走
測定値	114cm	9回	19回	31m	800m
得点	6	7	6	7	6
種目数	合計点	総合評価	最低点	最高点	
5	32	2級	6	7	



- ④1人分の入力終了したら、メニューバーの「ファイル」から「印刷プレビュー」を選択し、1枚の用紙の中に印刷範囲が収まっているか確認し、印刷してください。
- ⑤2人目以降も上記②～④を繰り返してください。

### 3. データを保存しましょう

- ①ファイル名は「“所属の都道府県名” \_ “〇〇スポーツ少年団” \_ “実施日”」としてください。実施日が複数にまたがる場合は「“所属の都道府県名” \_ “〇〇スポーツ少年団” \_ “実施日初日” ~ “最終実施日”」と表記してください。
- 例)「東京都\_体協スポーツ少年団\_20150108」  
「東京都\_体協スポーツ少年団\_20150108~20150128」

### 4. データのフィードバック

- ①運動適性テストの測定結果を日本スポーツ少年団にフィードバックしてください。  
お手順をお掛けしますが、次の宛先までお送りください。
- ②お送りいただいたデータは、統計データとして  
日本体育協会ホームページ(<http://www.japan-sports.or.jp/>)等に掲載・活用します。

日本スポーツ少年団事務局

E-mail : [jjsa@japan-sports.or.jp](mailto:jjsa@japan-sports.or.jp)

件名は「運動適性テスト集計結果」とし、送信してください。  
よろしくお願いいたします。

