

関係各位

与野下落合サッカースポーツ少年団 団長  
東与野野球スポーツ少年団 東与野フェニックス 団長

## スポーツ少年団運動適性テスト実施のお知らせ

鮮やかな紅葉とともに短い秋が一気に過ぎようとしています。

関係各位には、日頃よりスポーツ少年団活動へのご理解ならびにご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、スポーツ少年団では単位団毎に年1回以上の運動適性テストを実施することとされております。この運動適性テストは、人間の運動の基礎となる能力や、身体の動きを総合的にみようとするもので、できるだけ少ないテスト項目により、運動の適性を科学的にとらえようとするテストです。

つきましては、この運動適性テストを下記のとおり開催いたしますので、団員の参加及び指導者、保護者の皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

また、今年度も与野下落合サッカースポーツ少年団、東与野フェニックスの合同開催といたしますので、この機会に両団の交流を図りスポーツ少年の輪を広げていただきますよう併せてお願いいたします。

### 記

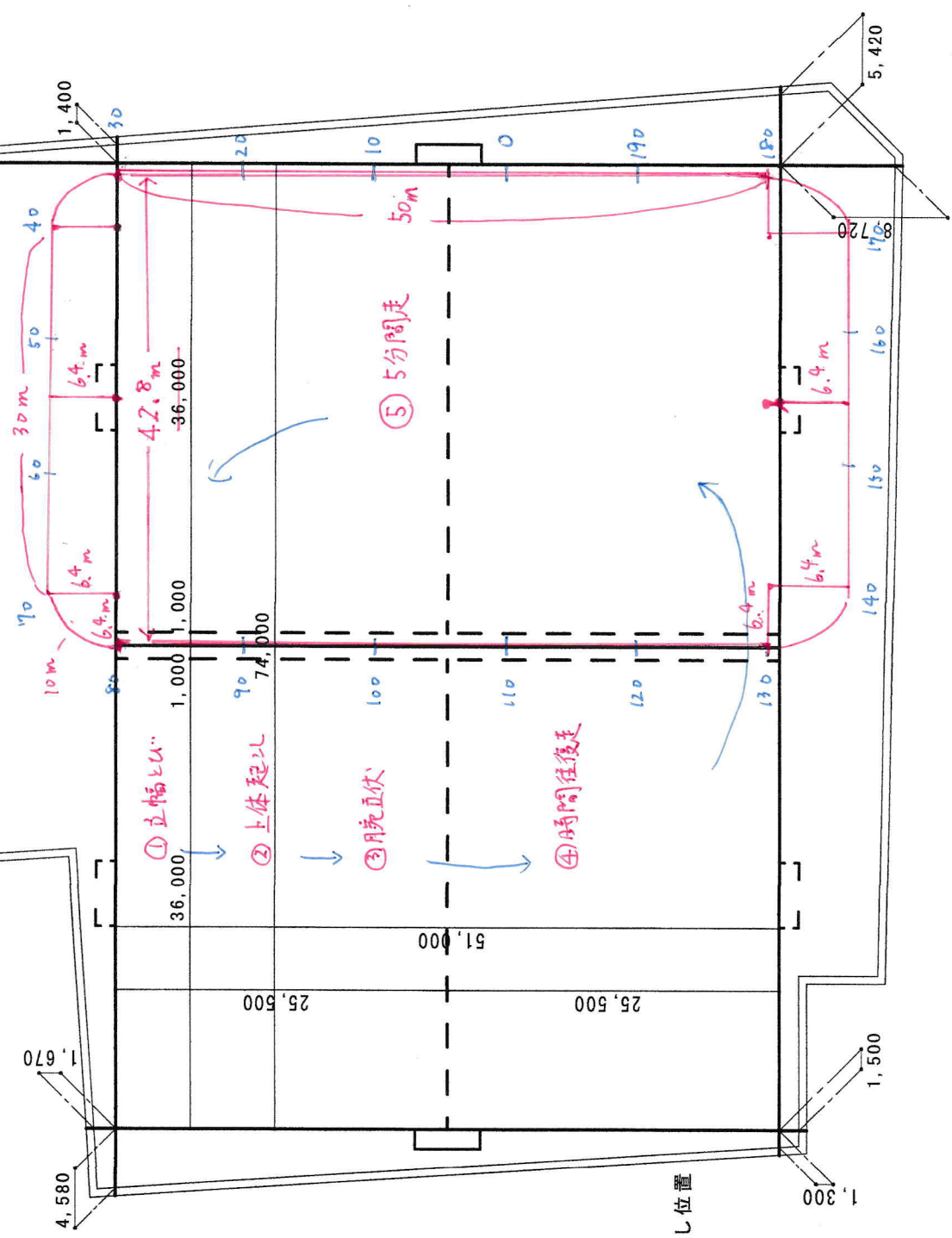
- 【日 程】 平成30年12月24日(月・祝) 雨天中止
- 【会 場】 下落合小学校校庭
- 【集 合】 8:30 (指導者・保護者) 会場設営(別紙参照)  
9:00 (団員)
- 【開 会 式】 9:00～ 9:20 あいさつ、体操、運動適性テストの説明
- 【テ ス ト】 9:30～11:00 1・2年 ①②③④⑤  
実施順(学年毎に実施) 3年 ②③④⑤①  
4年 ③④⑤①②  
5年 ④⑤①②③  
6年 ⑤①②③④
- 【終 了】 11:00 (終了した学年毎に流れ解散)  
11:30 (後片付け、完全撤収)
- 【実施種目】 全学年次の5種目を実施します。詳細は次のHP・NEWS「実施要領」をご覧ください。  
①立幅とび  
②上体起こし  
③腕立伏臥腕屈伸  
④時間往復走  
⑤5分間走
- 【指導者、保護者の皆さんへのお願い】  
①学年指導者のうち1人は、学年団員の誘導に当たる。  
②その他の指導者は、実施種目場所に張り付きテストの実施、指導、判定を行う。  
③保護者は、学年団員の測定データを記録する(年齢、身長、体重は測定日時点を記入)。  
※記録用紙は当日配付します。データは後日各団指定の方法で報告してください。  
※「さいたま市スポーツ少年団実施依頼通知・集計プログラムの使い方」及び「集計プログラム様式」は、次のHP・NEWSに掲載していますので参考にしてください。  
※与野下落合サッカースポーツ少年団HP

# コート作成寸法

集合場所・開会式

体育館

バスケットコート



- ① 立幅とび
- ② 上体起し
- ③ 用苑立伏
- ④ 時間経後走
- ⑤ 5分間走

寸法追い出し位置

