

江南市スポーツ少年団運動適性テスト 実施要項

1. 日時 平成 29 年 10 月 22 日 (日) 9 : 0 0 ~ 1 1 : 3 0 雨天順延
(予備日) 平成29年12月16日 (土)

2. 会場 蘇南多目的グラウンド

3. 実施方法 日本体育協会 「運動適性テスト実施要項」に基づく

4. 実施内容

1) 準備運動	. . . (門弟山)	※ () 内は担当
2) 上体起こし、腕立て伏臥	. . . (古北) (布袋)	
※ブルーシートは必要な場合各団で持参する。		
3) 立ち幅跳び	. . . (布袋北 (宮田) (草井)	
4) 時間往復走	. . . (藤里) (門弟山) (古東)	
5) 5分間走	. . . (古西) (古南)	
※ 春は2年生以下は実施しない。秋は単位団判断とする		

<グループ分け>

①	宮田・草井・藤里・門弟山 女子
②	古東・古西・古南 古北・布袋・布袋北

6) 実施順については①が上体起こし、腕立て伏臥を行い、②が立ち幅跳び、時間往復走を行う。終了したら①が立ち幅跳び、時間往復走を行い、②が上体起こし、腕立て伏臥を行う。最後に5分間走を行う。

5. 段取りと注意事項

- 1) 待機場所
蘇南多目的グラウンドの指定された場所
※ 団員の会場入りは8時15分以降とすること
- 2) 整列 (集合場所)
※ 指導協の掛け声でトラック内に整列
※ 筆記用具、適性テスト用紙は持たない
- 3) 開会式
- 4) 実施順説明及び種目の説明
- 5) 団員、指導者全員で準備運動
- 6) 開会式後に各自筆記用具・適性テストの用紙を準備する
- 7) 各自実施
- 8) 全種目終了後、グラウンドで閉会式を行う。
※ 団員、指導者は全員整列すること

6. 適性テスト判定員の割り当て . . . 4. 実施内容を参照

7. 役員集合 指導者協議会委員は、午前7時30分に会場に集合して、ライン引き等の準備を行う

8. 傷害 傷害については応急処置は行うが、その後の責任はスポーツ安全保険の範囲とする

9. その他 ※ 駐車後、係りの指示に従ってグラウンドまで移動すること。車の行き来があるので指導者・母集団は団員の安全に配慮すること。
※男女ともに必要に応じ帽子の着用可。

各団待機場所(運動適正テスト時)



グラウンドライン詳細図

