

令和7年4月11日

小中学校長  
関係団体長 各位

金沢市スポーツ協会  
会長 高田 直人  
(公印省略)

## 第45回 金沢市ジュニア・スポーツテストの実施について

金沢市スポーツ協会の重要強化対策事業である金沢市ジュニア・スポーツテストの実施も、皆様方の多大なご協力をいただきながら、今年第45回の開催を迎えることになりました。

本年も、ジュニア強化と競技力向上の一助となるべく下記スポーツテストの趣旨をご理解・ご賛同賜り、平素の強化対策と体力づくりの指導の一環として、多数の児童生徒が参加するようお取り計らい下さるようお願いいたします。

### 実 施 要 項

- 趣 旨** 小学生高学年及び中学生を対象とする、走・跳・投・懸垂等の基礎的運動能力測定の種目を定め、それぞれの種目の目標記録を3段階にわけて示し、これによるテストの実施により各自がその能力を確かめ、日常のスポーツ活動において更に上級記録達成を目指さんとする向上意欲を培い、ジュニア層のスポーツ育成と強化を図ろうとするものである。
- 主 催** 金沢市スポーツ協会・金沢市
- 後 援** 金沢市教育委員会・金沢市中学校体育連盟・北國新聞社
- 参加対象者** 金沢市内小学生(高学年)・中学生の自由参加とする。
- 期 日** 令和7年6月1日(日) 8時～8時30分 受付  
9時～ 開会式  
12時～13時 大会終了予定  
※予備日 6月8日(日)
- 会 場** 金沢市営陸上競技場(金沢市弥生3丁目5番1号 TEL 241-0049)
- 申 込** 別紙申込書にて、5月21日(水)までに金沢市スポーツ協会へメール(Wordファイル)にて申し込むこと。  
※Email: [kanazawashi-spokyou@ksnet.gr.jp](mailto:kanazawashi-spokyou@ksnet.gr.jp)  
当日受付(現地のみ)も行います。  
要項と申込書様式は、金沢市スポーツ協会ホームページからダウンロードできます。  
実施計画の都合上、各競技団体・スポーツクラブ・単位団又は学校毎にまとめて申し込んで下さい。なお、氏名は漢字等の間違いのないようにしっかり記載願います。
- 参加料** 不要

## 9. 種目と合格記録

### 小学生用

種目	性別	A 級	B 級	C 級	備考
50 m 走	男	7秒9	8秒3	8秒7	スパイクは使わない。
	女	8秒2	8秒6	9秒0	
1,000m 持久走	男	3分 50 秒	4分 10 秒	4分 30 秒	スパイクは使わない。
	女	4分 10 秒	4分 30 秒	4分 50 秒	
立ち幅跳び	男	1m92	1m82	1m72	試技 2回
	女	1m82	1m72	1m62	
ソフトボール投げ	男	41m	33m	24m	1号ボール 2mサークル内より投げる。 試技 2回
	女	26m	20m	14m	
なわ跳び	男女	2分	1分	30 秒	試技2回可

(H27.4.1 一部記録値変更)

### 中学生用

種目	性別	A 級	B 級	C 級	備考
50 m 走	男	7秒2	7秒6	8秒0	スパイクは使わない。
	女	8秒0	8秒4	8秒8	
1,000m 持久走	男	3分 30 秒	3分 50 秒	4分 10 秒	スパイクは使わない。
	女	4分 10 秒	4分 30 秒	4分 50 秒	
走り幅跳び	男	4m50	4m20	3m90	踏切点と着地点を測定 試技 2回
	女	3m60	3m30	3m00	
ソフトボール投げ	男	50m	43m	35m	2号ボール 2mサークル内より投げる。 試技 2回
	女	33m	25m	18m	
けんすい	腕屈伸	男	10 回	6 回	3回 順手・逆手 自由
	斜めけんすい	女	45 回	35 回	

## 10. 評価

5種目とも必ず受検し、そのうち4種目に合格すれば合格証と楯を与える。(後日、学校毎に配付します。)

## 11. 受検上の注意

- (1) 午前 8 時～8 時 30 分までに受付をして受検カードを受け取り、学校名・学年・氏名を記載して係に提出すること。
- (2) カードの成績の記入とABC級の認定は係の者が行う。提出用カードは全種目終了後、切り離して本部役員に渡すこと。

## 12. その他

- (1) 参加者には傷害保険がかけられています。
- (2) 当日は、水分補給のため水筒等を持参してください。