

## 運動適性テスト集計プログラムの使い方

2003.11.19

### 1. ファイルを使ってみよう

- 1) 「tekisei\_test.xls」ファイルを開くと、いくつかのシートがありますが「測定結果」と「個人票」と「人数表」のシート以外は使わないので、開かないようにしてください。
- 2) 「測定結果」のシートを選択すると、記録表と得点表が現れます。
- 3) 記録表の方に運動適性テストの結果を入力します。あらかじめ、例として何人かの氏名などが入力されていますが、気にせず上書きをしてください。
- 4) まず、「氏名」をフルネームで入力してください。次に「性別」、「年齢」を入力しますが、性別は必ず男、女のいずれかで入力してください。また、年齢はテスト実施日時点での年齢を入力してください。
- 5) その後テストの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にして、0は入力しないでください。
- 6) すると、右の「得点」に得点、その他「総合評価」等が自動的に表示されます。
- 7) このような手順で、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」シートの記録表の名前の左にある数字です。つまり、一番目の子の結果を出力したいのであれば、「入力番号」に1を入力しリターンキーを押します。
- 3) すると、表の中に名前、性別、年齢のほかに、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。
- 4) 一人分のすべての入力が終了したら、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てください。大丈夫でしたら、印刷してください。もちろん、事前にプリンターの電源を入れ、パソコンに接続しておいてください。
- 5) 2人目以降も上記2)～4)をくり返し、入力が終了したら、メニューバーの「ファイル」から「印刷」を選択し、印刷してください。

### 3. データを保存しましょう

- 1) ファイルを開いたときに、すでに名前を付けて保存してある場合は、メニューバーの「ファイル」から「上書き保存」を選択し、保存してください。
- 2) はじめて保存する場合は、メニューバーの「ファイル」から「名前を付けて保存」を選択し、ファイル名を変えて保存してください。この時のファイル名に期日を

入れておくと、後で混乱しなくて良いかもしれません。例えば「運適 H15 春」などです。工夫してみてください。

#### 4. データのフィードバック

- 1) 「測定結果」のシートにしてください。その状態のまま、メニューバーの「ファイル」から「新規作成」を選択し、新しいエクセルブック（ファイル）を作成してください。
- 2) 次に、メニューバーの「ファイル」から「上書き保存」を選択し、スポーツ少年団の名前を付けて保存してください。したがって、何も入力されていないファイルを作ったことになります。
- 3) メニューバーの「ウィンドウ」から運動適性テストのデータを入力したファイル名を選択すると、先ほどの「測定結果」の画面に戻ります。
- 4) A1 のセルからデータが表示されているすべての範囲をドラッグして指定します。そして、メニューバーの「編集」から「コピー」を選択します。続いて、メニューバーの「ウィンドウ」からスポーツ少年団名を付けたファイルを選択します。
- 5) 何も入力されていないシートの A1 を指定し、メニューバーの「編集」から「形式を選択して貼り付け」を選択します。すると、ダイアログが開くので、「張り付け」では「値」、「演算」では「しない」を選択して「OK」を押します。
- 6) すると、記録表と得点表のデータがコピーされます。最後にメニューバーの「ファイル」から「上書き保存」を選択し、保存してください。
- 7) お手数ですが、この少年団名を付けたファイルを日本スポーツ少年団事務局まで、次の方法で送ってください。

Eメールにファイル添付する、

フロッピーにコピーして郵送する、のいずれかです。

日本スポーツ少年団事務局の Eメールのアドレスは [jjisa@japan-sports.or.jp](mailto:jjisa@japan-sports.or.jp)、住所は〒150-8050 東京都渋谷区神南 1 - 1 - 1 です。くれぐれも元のファイルを送らないようにしてください。よろしく申し上げます。