

## ☆新体力テストを実施しました ^^

◇第1回新体力テストをゴールデンウィーク明けの5月7日(木)に実施しました。今年度は11月に第2回目の体力テストを設定しています。

◇「一校一実践」の取り組みとして、本校は「豊かな人生の基盤となる心身の健康づくり」に向けて、個人個人が体力の向上を意識し、日々の活動に積極的に参加することをねらいとしています。

◇最初に全員で行った反復横跳びでは、慣れないリズムに苦戦しながらも、1回でも多く回数を増やそうと真剣でした。

◇次の50M走では、1回目の記録に納得できず、2回目3回目とチャレンジする人や、中には、先生との競争で必死になりすぎてゴール手前できれいな前転を披露した生徒もいました。(笑)



反復横跳び



腹筋



ハンドボール投げ



長座体前屈



50M走 (江田1年、川津1年、瀧下3年、矢野3年、水野1年、杉山1年)



1年生川津洋也さん、江田太朗さん、水野大河さん、杉山諒さん、3年生瀧下桃花さん、矢野悠さんがモデル？

(清)

◇秀勝さんは二年連続のシャトルラン、チャンピオン！素晴らしい記録です。

◇最高記録、女子は1年坂本芳美さんが53回、男子は昨年を大幅に上回る記録で4年の坂本秀勝さんが102回！

◇最後に全員で行ったシャトルランは、15歳から還暦を迎えた方まで、教員も若い2人と教頭先生と一緒に、自分の限界に挑戦しました。

◇その後、学年に別れて各種目を回りながら、それぞれが「やったー！」「やうそやうそ」など歓声をあげて、一生懸命に取り組んでいました。