令和３年度（2021 年度）　「空知管内どさん子元気アップチャレンジ」

美唄市立美唄中学校

【参加生徒数　48 名】

【立ち幅跳びの様子】

【上体起こしの様子】

【コントロールテストの様子】

【仲間を見守る様子】

○　内容

・運動部合同コントロールテスト

　冬季間、月に１回、運動部が合同でコントロールテストを実施しています。

○　ポイント

・コントロールテストの結果を基に、生徒一人一人が体力の向上を確認することができます。

・各部合同で実施することで、マンネリ化しやすい冬期練習の刺激となっています。

・各部活の平均値を出すことで、生徒が自発的に切磋琢磨するようになりました。