

【取組内容④】校務の徹底的な効率化



クラウドを活用した記録の蓄積と可視化

Microsoft Teamsを活用し、定期的に行っている体力測定の結果を毎回共同編集のExcelの記録用紙に入力し、自己の成長や弱点を自分で気づき、日々の練習に生かせるようにした。他の生徒の記録を見ることができ、生徒の意欲を高めることができた。また、生徒自身で入力することで、顧問の負担も減った。

| 東根市立第一中学校野球部体力測定 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------|----|--------|----|---------|---------|--------|-----|-----|------------|--------|------|-----|----|------|-------|-------|-------|------|--------|--------|
| 実施月：10月 | | | | 野球スキル | | | | 体幹 | | | | 握力 | 握力 | スピード | 瞬発力 | 柔軟性 | | | | |
| 名前 | 学年 | 身長 | 体重 | 球速 | 打速 | ロングテール | 遠投 | 腹筋 | 握力 | アップリフト | 跳立て | 握力 | 握力 | 30m走 | 瞬発力 | 開脚 | 背筋(左) | 立派背筋 | 肩甲骨 | |
| 目標数値 | | 身長-100 | | 120km/h | 130km/h | 80m | 70m | 35回 | 45kg 右左 | 11M00 | 20回 | 60回 | | 4.0 | 11M00 | 身長と同じ | 40cm | -10 | 右 0 | 左 0 |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | 114 | 114 | 40 | 80 | 21 | 40 | 25.6 | 10m | 15 | 50 | 5.17 | 11m40 | 150cm | 50 | -5 | 13 | 8 |
| 2 | | | | 83 | 96 | 40 | 50 | 28 | 27.3 | 21.3 | 6m70 | 23 | 53 | 5.8 | 10m80 | 145cm | 40 | -12 | 5 | 5 |
| 2 | | | | 未測定 | 107 | 未測定 | 80 | 21 | 32.2 | 27.7 | 8m80 | 25 | 56 | 5.21 | 13m20 | 160cm | 64 | -11 | 12 | 8 |
| 2 | | | | 81 | 87 | 20 | 40 | 17 | 31 | 23.1 | 7m80 | 13 | 50 | 5.82 | 11m40 | 160cm | 40 | 21 | 15 | 13 |
| 2 | | | | 未測定 | 112 | 未測定 | 未測定 | 30 | 33 | 39 | 10m | 10 | 42 | 6.14 | 9m70 | 150cm | 43 | -2 | 21 | 12 |
| 1 | | | | 未測定 | 53 | 未測定 | 未測定 | 18 | 16 | 16.2 | 未測定 | 未測定 | 40 | 6.31 | 10m15 | 150cm | 42 | -12 | 8 | 4 |
| 1 | | | | 84 | 90 | 40 | 50 | 23 | 23.6 | 21 | 6m80 | 9 | 45 | 5.8 | 10m10 | 155cm | 33 | 15 | 10 | 7 |
| 1 | | | | 92 | 85 | 50 | 60 | 29 | 14.1 | 17.4 | 6m | 6 | 42 | 6.05 | 10m10 | 145cm | 49 | -6 | 5 | 11 |
| 1 | | | | 89 | 90 | 30 | 50 | 13 | 19.3 | 21 | 6m | 3 | 39 | 6.77 | 10m | 145cm | 58 | 18 | 17 | 8 |
| 1 | | | | 96 | 99 | 40 | 60 | 28 | 30.9 | 29.1 | 8m30 | 8 | 40 | 5.2 | 11m60 | 145cm | 52 | -6 | 10 | 6 |
| 1 | | | | | 82 | 20 | | 30 | 25.4 | 24.4 | 7m10 | 1 | 42 | 5.38 | 11m35 | 167cm | 59 | -11 | 10 | 4 |