

【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				筋力		スピード		柔軟性		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	プランク	懸垂	背筋持久力	体幹周り	30m走	100m走	開脚	背筋(左)	背筋(右)	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