

5月17日に実施予定の新体力テストに向けて、5月9日から休み時間に「新体力テストお試し会」が行われています。

上級生が下級生の面倒を見ながら、お試し会が行われました。



【上体起こし】

30秒間、何回上体起こしができるか確認します。



【握力】

右左交互に2回ずつ計ります。



【立ち幅とび】

両足を踏み切り線の前にそろうように立ち、両足で同時に踏み切って前にとびます。



【長座体前屈】

膝が曲がらないように気をつけながら、前屈します。