

## 北山高等学校

### 令和6年度入学者推薦入試(普通科・部活動活性化枠推薦)実技表現について

実施場所： 本校グラウンド・本校体育館

※雨天時は本校体育館で実施予定。室内用のシューズも必ず持参すること

#### 1 共通表現 ( 野球・陸上競技・バスケットボール )

	表現内容	実施回数等	備考
1	反復横跳び	20 秒×1	
2	上体起こし	30 秒×1	
3	長座体前屈	2 回	

#### 2 表現別

《 野球表現 》 晴天時：北山高校野球場 雨天時：本校体育館 \*ソフトボールを使用します

	表現内容		実施回数等	雨天時
1	打撃	・トスバッティング ・ロングティバッティング	20 球程度	トスバッティング
2	守備	・ノック形式	15 球程度	ノック形式(ソフトボール使用)
3	走力	・50m 走	1 回	20m 走

《 準備する物 》

\*体育着 (中学校の体育着) \*アップシューズ ( 屋外用・屋内用 ) 両方

\*グラブ、スパイクは持参して下さい

《 陸上競技表現 》 晴天時：北山高校スタンド前 雨天時：武道場

	表現内容	実施回数等	備考
1	ミハドル	5 回	
2	バウンディング	1 回	
3	1500m	1 回	(雨天時種目変更あり)

《 準備する物 》

\*体育着 (中学校の体育着) \*アップシューズ ( 屋外用・屋内用 ) 両方

《 バスケットボール表現 》 場所：本校体育館

	表現内容	実施回数等	備考
1	ミドルシュート、3Pシュート	自分の得意の場所3ヶ所 それぞれ3本ずつ	
2	1対1	3本(トップオブザギ-から) オフェンスのみ	本校バスケットボール部員が相手
3	ハーフコート3対3	5分程度	本校バスケットボール部員と

《 準備する物 》

\*体育着 (中学校の体育着) \*アップシューズ ( 屋外用・屋内用 ) 両方

\*バスケットボールシューズ