

## I 生活習慣について

体力の向上に関係がある生活習慣等についてまとめました。



## II 体力の向上につながる運動の実践例

スクールスポーツプランの活用につながる実践例をまとめました。



### 小学校編



### 中学校編



### 高等学校編



## III 体力の向上における県の運動課題解決に向けた研修

- ・小学校体育地区別講習会（保健・陸上運動系）
- ・中学校・高等学校保健体育地区別講習会（体づくり運動・ダンス）



## IV 小学校体育専科教員の取組

「小学校体育専科教員って何？」「どんなことをしているの？」



## V 新体カテスト測定のポイント

新体カテストの各測定項目について記録アップにつながる秘訣を教えます！



## 番外編 「日本のひなた宮崎国スポ・障スポ」大会イメージソングダンス HP

「日本のひなた宮崎国スポ・障スポ」大会イメージソングダンスが見られます。

