

お子さまのいるご家族のみなさまへ

ご存知
ですか？

現代の子どもは単なる‘体力低下’ではなく

体力の二極化

が問題となっています！



●体力の二極化とは？

体力テストの結果において

1日の運動時間の平均が・・・

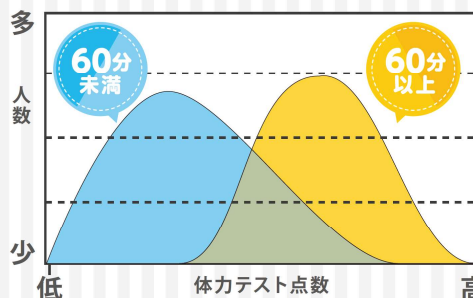
60分
未満



60分
以上



それぞれのテスト結果を比べてみると・・・



運動時間が長ければ得点も高く
短ければ得点が低くなっています。

運動習慣の有無によって
体力レベルに差が生じている状態

これが！
体力の二極化です

※スポーツ庁「平成30年度 全国体力・運動能力、
運動習慣等調査報告書」より

こんな
お悩みありま
せんか？



外で
おもいっきり
遊べない

ネットや
ゲームばかり
している

近所に一緒に
カラダを動かす
友だちがいない

体育の授業以外で「運動習慣」を身につけるには？

スポーツクラブのキッズスクールがおすすめ！

おすすめ

1

スポーツを楽しみながら
カラダを動かせる！



上達する喜びを感じながら
自然と体力もついてきます。

おすすめ

2

集中力や協調性が
養われる！



集中力がUPするので
塾や受験勉強と並行した
運動習慣もGOOD

おすすめ

3

年齢・レベルに応じたクラス分けだから
仲間と一緒に成長できる！



レベル別のカリキュラムだから
はじめてのお子さまでも安心

※写真はイメージです。

スポーツクラブ**NAS** 札幌

TEL. 0120-732-860

詳しくはWEBでチェック！ NAS札幌

検索

