

運動応援サイト

「子供の運動あそび応援サイト」（スポーツ庁）に紹介されているサイト（外部リンク）

おやこでタッチ！（文部科学省）【幼児、小学生】（文部科学省委託作成冊子の PDF ファイル）

https://www.recreation.or.jp/kodomo/download/pdf/oyako_de_touch_final.pdf

子どもの体の解説と、家庭などで楽しく実践できる運動プログラムが紹介されています。

NHK for school（NHK）【幼児～高校生】

https://www.mext.go.jp/sports/jsa_00021.html

ストレッチやダンスなど楽しく体を動かすプログラムの動画が紹介されています

マイスポーツメニュー（スポーツ庁）【小学生～高校生】（スポーツ庁作成冊子の PDF ファイル）

https://www.recreation.or.jp/kodomo/download/pdf/oyako_de_touch_final.pdf

お家の中で、手軽にできる！ながらでできる！？スポーツメニューが紹介されています。

「Like a Parade」（スポーツ庁）【小学生～高校生】（YouTube ページが開きます）

https://www.youtube.com/watch?v=qh-IXtl0ykY&feature=emb_title

オリジナルダンスが紹介されています。

アクティブチャイルドプログラム（日本スポーツ協会）【幼児、小学生】

<https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/acp/hogosyakodomo.html>

少人数でも行える運動遊びについて、イラストを使って分かりやすく紹介されています。

やってみよう運動あそび（日本レクリエーション協会）【幼児、小学生】

https://www.recreation.or.jp/kodomo/play/play_list.php

人数や場所の広さで、様々な運動遊びを検索できます

おうちの中で楽しめる運動・あそび（日本レクリエーション協会）【幼児、小学生】

<https://www.recreation.jp/asobi/articles/10>

お家の中でできる運動や遊びが紹介されています。

Sports assist you（日本サッカー協会）【小学生～高校生】

https://www.jfa.jp/grass_roots/sportsassistyou/

プロサッカー選手たちのレッスン動画や、専門家による健康促進エクササイズ等のプログラムが紹介されています。