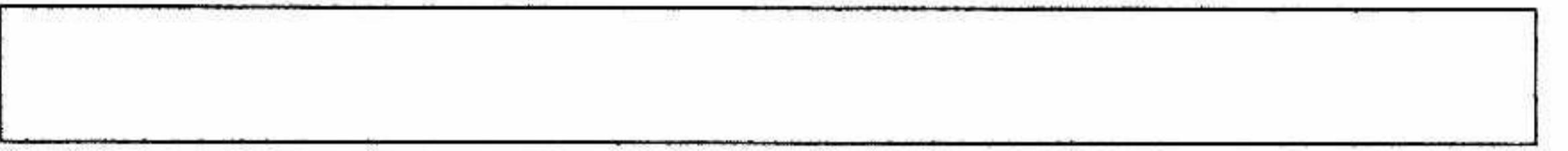
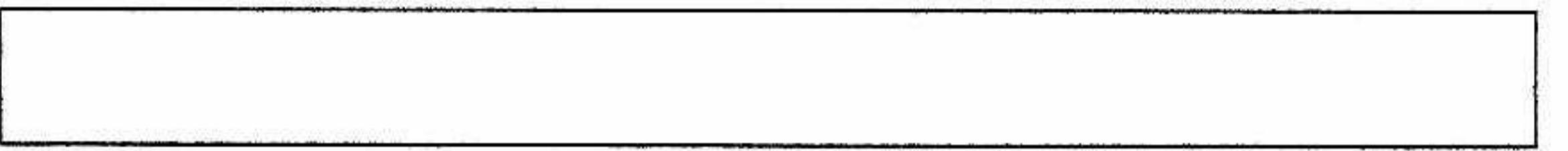


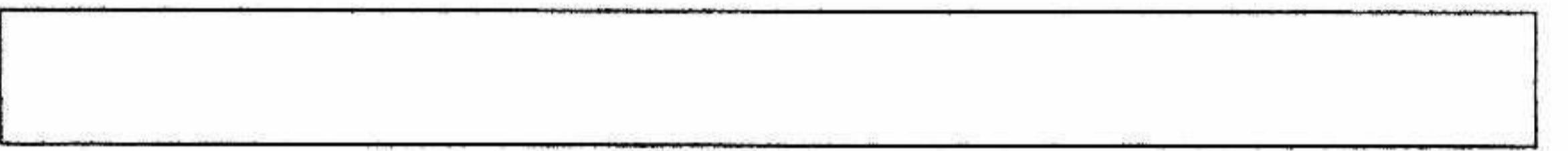
* 2人分運動力でより体力がもたらすもの。



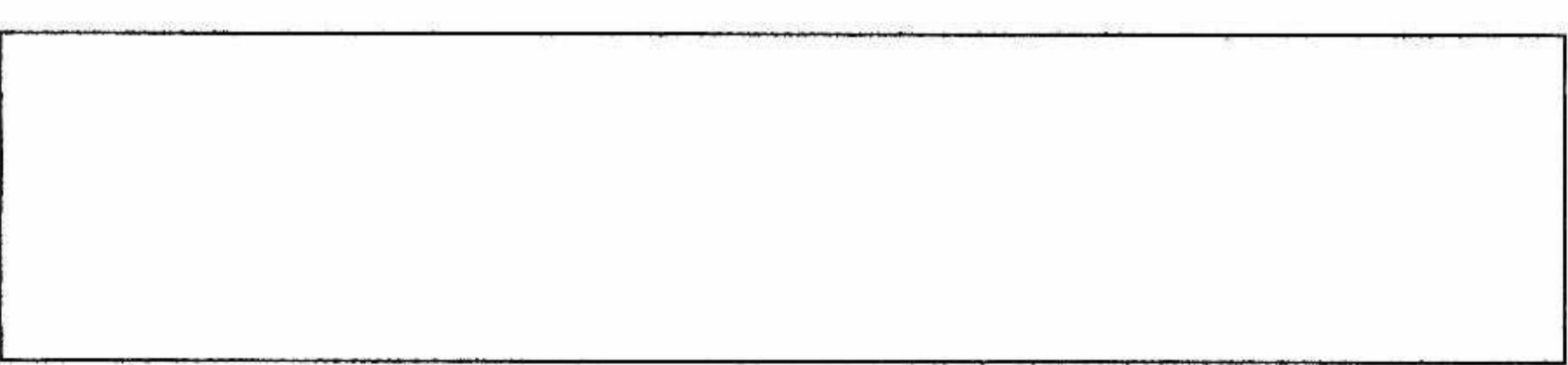
* 運動をすることで筋肉、筋膜などの筋肉組織の力を高めます。



* 1年生と5年生と骨格筋量が多いことが特徴的です。



* 力が大きいことが多く、体力をもつて運動するときに多くなることがあります。



① 1年生と4年生の筋肉量と筋膜量と筋肉の強さ。
1年生と4年生の筋肉量と筋膜量と筋肉の強さ。
筋肉量と筋膜量と筋肉の強さ。
筋肉量と筋膜量と筋肉の強さ。

この前の保健学習で、生徒たちが4年生の今までも、今から成長していくことを
このままの力よりも大きい。今日も、多くの成長を感じています。また、このままの力、
このままの筋肉量と筋膜量と筋肉の強さ。