

体力低下問題に関する研究

— 幼児のボール捕球能力に着目して —

竹中 将平 (生涯スポーツ学科 学校スポーツコース)

指導教員 谷川 尚己

キーワード：体力低下、幼児、ボール捕球

1. 緒言

近年、子どもの体力低下は大きな社会問題となっている。発達生まれてから生涯にわたって変容し続ける過程である。その中で幼児期は神経系の発達が著しい時期である。後藤¹⁾はソフトボール投げなどの投能力も低下しているが、ボールを捕球する際にボールを目に当て怪我をする子どもが増えている。これは動くものに対応する動きとしての捕球動作の未熟、空間認知能力の低下が深刻な問題であると提言している。そこで筆者は神経系の発達が著しい幼児期におけるボール捕球能力に着目することにする。

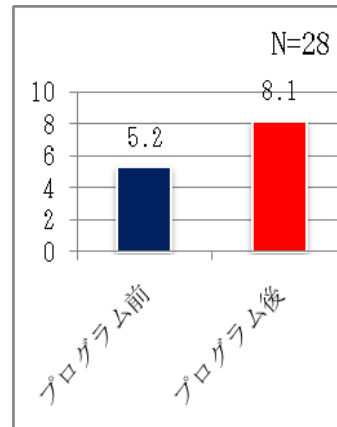
2. 研究方法

滋賀県大津市の K 保育園の男子 16 人、女子 12 人、計 28 人の園児に (株) R 社とともに運動プログラムを実施する。その運動プログラムの前後にボール捕球能力テストを実施し、その違いを比較検討する。

3. 結果と考察

運動プログラムの前後でボール捕球能力テストを実施したところ、結果が向上したのが 25 人、2 人が同じ結果、低下したのが 1 人であった。図 1 は、その被験者の測定結果の平均回数を表したものである。プログラム前のボール捕球テストの平均は男女合わせて 5.2 回と 5 割の捕球率である。しかし、プログラム後に実施したボール捕球テストでは男女合わせて

8.1 回と 8 割の捕球率に向上しているのわかる。MKS 幼児運動能力検査研究会²⁾ は、園で運動



指導を「していない」園の方が「している」園よりも運動能力が高いということが示されている。しかし、今回運動指導をおこなっ

た K 保育園ではしていない園の平均値より上回る結果になった。子どもたち自身が運動の楽しさを感じ、運動に対する有能感を感じたことで結果が向上したと考える。

4. まとめ

今回、K 保育園の測定ではプログラム前後で結果は大きく向上した。また MKS 幼児運動能力検査研究会は運動指導をしない方が、運動能力は高いと述べているが、今回の実験では反対の結果がでた。幼児期に運動指導をおこなう事は運動能力に大きな影響を与えることがわかった。今後はより改善を加え効果的な捕球能力の向上につながる取り組みを考えていきたい。

引用・参考文献

- 1) 後藤幸弘 (2007) オーガナイズドセッション A 提案趣旨 6
- 2) MKS 幼児運動能力検査研究会 報告書