

幼児期の運動能力について

福島 綾菜 (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：幼児，運動能力，基本動作，コーディネーション能力

1. 緒言

近年，体を動かして遊ぶことが減った事などから運動能力が低下しているといわれている．文部科学省の幼児期運動指針によると，幼児期において，遊びを中心とする身体活動を十分に行うことは，豊かな人生を送るための基盤づくりとなることから，様々な効果が期待できる．

そこで今回，R社の協力のもと，幼児期の5歳児に着目してペダロ乗りを4回，フラフープ遊びを3回含んだプログラム4回とその前後の測定を含む計6回の指導実践を行った．幼児運動能力に影響があるのか，プログラムを行う前と行った後ではどのように変化がおこるのか，について調査することとした．

2. 研究方法

被験者は，滋賀県草津市のS保育園男子15人，女子17人の計32人である．幼児に運動プログラム計5種目を実施し，その前後にMKS幼児運動能力検査に掲載されている6種目のうちの「25m走」「両足連続飛び越し」「捕球」の測定を行った．ただし，25m走に関してはグラウンドの大きさの都合により20mに変更して行った．

3. 結果と考察

1) 20m走

プログラムの前後を比較した結果，プログラム前が6.5秒，プログラム後は6.6秒と25mで推定した全体の平均では，変化はあまりなかった．速くなった幼児が13人，変わらなかった幼児が3人，遅くなった幼児が10人であった．また，昨年とのデータと比較した結果，有意差は認められなかった．

プログラム前後でタイムがあまり伸びなかった原因として，プログラム後の測定ではグラウンドのコンディションが悪かったことが考えられる．

2) 捕球の結果

プログラムの前後を比較した結果，プログラム前の平均が6.2回だったのに対してプログラム後は7.5回と回数は増加していた．幼児のうち数が増えたのが16人，変わらなかった幼児が5人，減った幼児が5人だった．また，昨年と比較した結果5%水準で有意差が認められた．その理由として，プログラムの回数が1回多かった事と，ボールに慣れ取れるようになった事が考えられる．

3) 連続両足飛び越し

プログラムの前後を比較した結果，プログラム前が6.4秒だったのに対して，プログラム後は5.8秒でわずかではあるが速くなっていた．速くなったのが19人で遅くなった幼児は7人であった．昨年のデータと比較した結果，5%水準で有意差は認められなかった．その原因の一つとして，プログラムの内容や測定時の幼児の取り組み方ではないかと考える．

4) まとめ

幼児に運動プログラム5種目を実施しその前後に運動能力テストを行い以下の結果を得た．

①捕球の種目は有意差が認められた．

②20m走と両足連続飛び越しは有意差が認められなかった．

今後の課題として，プログラム回数は関係あるのか，プログラムの，どの動きが成果につながるのかを調べる必要があると考える．また，コンディションや場所が測定結果に影響を及ぼす事から，同じ条件と同じ環境で毎回測定を行う必要がある．

引用・参考文献

スポーツ科学研究室(2007)神奈川県立体育センター研究報告書「子どもの体力及び運動能力の向上に関する研究」．神奈川県立体育センター，p.5