

運動能力測定の実施

概要

2024年2月、北翔大学の体育館にて、厚別さくら木保育園、北郷あゆみ幼稚園、太平あずさ保育園の4歳児を対象にした運動能力測定を実施しました。測定項目は、文部科学省でも推奨されているMKS運動能力検査のうち、25m走、立ち幅跳び、体支持持続時間、両足連続跳び越しの4種類に、なわとびジャンプに似たりバウンドジャンプ能力測定、また研究としてはあまりやられていない「助走してから跳ぶ動き」の動きの6種です。

3園（北郷あゆみ幼稚園53名、厚別さくら木幼稚園26名、太平あずさ幼稚園23名）計102名の測定結果から、園児たちの運動能力の現状を確認し、今後の園独自で研究・開発を進める「うんどうあそびレボリューション」によってどのように変化するのかを観察していきます。



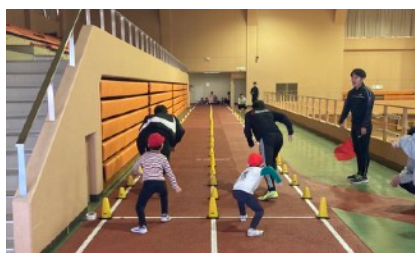
MKS幼児運動能力検査について

この運動能力検査は4, 5, 6歳の幼児を対象とし、25m走、立ち幅跳び、ボール投げなど6種目の下位検査で構成されています。測定の結果は、全国標準によって各種目とも1～5点の5段階で評価されるので、何種目かを選んで実施することもできます。全6種目を実施すると、運動能力全体が同様に判定できます。

（幼児運動能力研究会 ウェブサイトより <http://youji-undou.nifs-k.ac.jp/index.html>）

測定内容

○25m走



○立ち幅跳び



○体支持持続時間



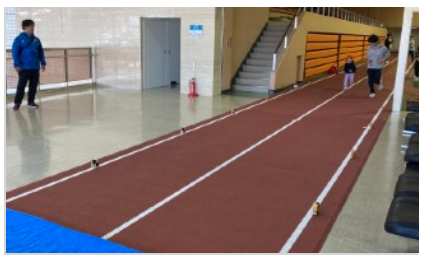
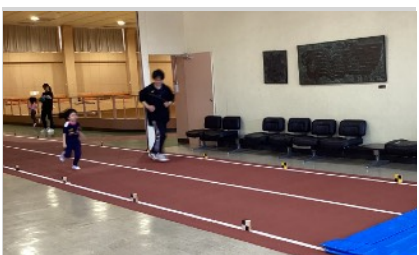
○両足連続跳び越し



○リバウンドジャンプ能力測定



○助走してから跳ぶ動き



子どもたちの様子・声（一部抜粋）

- 初めての運動測定を楽しみにしている姿や戸惑ったりする姿もあった。いろいろな器具を見て学生さんに「これなにをするの?」「どうやってつかうの?」など質問したり、話をすることでリラックスしていった。
- 走幅跳の測定で、「こうやったら跳ぶかな」と子どもたち同士で話し合っていた。
- 両足飛びの際に「こうやるの?」と測定者に聞いて、やり方を考えて楽しんで行っていた。
- 走る際に前に測定者が走っていたことで、「まてー!」と鬼ごっこの様に楽しんで走ることが出来ていた。
- 大きく広い大学についたとたん「この大学に来る!」と言っていた。
- 学生との関わりの中で心を開き「うん、うん」と学生とのコミュニケーションを楽しみながらうんどう測定を行っていた。
- 経験のない体を支える動作(体支持)は、手首で自分の身体を支えることが難しい子も多かった。立ち幅跳びも何度かやるうちに要領を覚え、楽しく測定していった。特に25m走は笑顔で全速力で駆け抜けていった。学生さんが良い見本を見せてくれたことで、真似をして走っていた。

職員たちの声（一部抜粋）

- 北翔大学の学生らが子どもたちが楽しく運動できるようにサポートしてくれたため、のびのびと運動を楽しむ様子が見て取れた。
- 本格的な計測器やタイム測定、普段できない運動など子どもたちにとって初めての経験ばかりで、良い経験になったと思った。楽しそうに活動する姿が印象的だった。子どもたちがまたやりたいと言っていたのが嬉しかった。
- 測定の様子から、日頃の遊びの中で育つ運動能力がわかった。様々なあそびを取り入れることで、更に運動能力を育てていけるようにあそびを工夫していきたい。

次の展開に向けて

3園の園児は今年8月・来年3月に再度同様の体力測定を行い、「うんどうあそびレボリューション」プログラムによる”体づくり”への効果について、適宜調査しながらより有効なうんどうあそびの開発に向けて活かしていきます。

北翔大学からの測定結果を待ちたいと思います。