

# 運動能力測定について

毎年10月下旬の体育指導で、4、5歳児対象に「運動能力測定」を実施しています。

ばなな組は「測定内容やルールを知り、自分の力を発揮する経験をする。」

ぶどう組は「昨年の自分の記録を意識し、いま持っている自分の力を精一杯、発揮する。」ことを目標に取り組み、力一杯やり遂げることが子ども達の自信に繋がります。

クラスの結果から平均値を出しました。( )内の数値は、全国の平均値です。

## 男児

	2.5m走	ソフトボール投げ	体支持	両足連続跳び越し	立ち幅跳び
<b>ばなな組 平均</b> (4歳児目安)	6.66秒 (7.3秒)	5.15m (4m)	44.38秒 (21秒)	5.77秒 (6.5秒)	102.63cm (90cm)
<b>ぶどう組 平均</b> (5歳児目安)	5.76秒 (6.5秒)	8.57m (6m)	111.33秒 (40秒)	4.54秒 (5.4秒)	127.22cm (106cm)

## 女児

	2.5m走	ソフトボール投げ	体支持	両足連続跳び越し	立ち幅跳び
<b>ばなな組 平均</b> (4歳児目安)	6.63秒 (7.6秒)	3.13m (3.3m)	86.67秒 (20秒)	5.50秒 (6.8秒)	103.44cm (80cm)
<b>ぶどう組 平均</b> (5歳児目安)	6.69秒 (6.7秒)	4.34m (4m)	80.56秒 (40秒)	4.55秒 (5.5秒)	105.56cm (97cm)

※ 個人の記録に関しては、担当にお声かけ下さい。



2.5m走



ソフトボール投げ



体支持



両足連続跳び越し

幼児期は様々な遊びを中心に毎日、60分以上、楽しく体を動かすことが大切と言われています。「身体を動かす事」には、散歩・手伝い・掃除などの生活の中での様々な動きも含まれています。

園では、朝の継続運動（うんてい、登り棒、縄跳び、鉄棒）を、毎朝コツコツと取り組む事で脚力や腕力といった、身体の育ちを促し、生活面では、雑巾がけや給食の配膳などで姿勢・手やバランスの発達を促す事を意識して取り組んでいます。身体の育ちに繋がる取り組みを普段の生活にも取り入れることで、運動能力の育ちに繋がっています。

## 普段から園で取り組んでいる活動

### (走る)

リレー、かけっこの練習、鬼ごっこ（集団あそび）、おかりば公園までのマラソン など

### (投げる)

手のサイズに合った大きさのボールを投げる経験 ドッジボール大会練習 など

### (自分の身体を支える)

リトミック、なわとび、鉄棒、うんてい、登り棒 雑巾がけ など