

幼児の前転動作に対する支持・回転系運動遊びプログラムの効果

山田 光穂 (筑波大学)

1. 目的

幼児の体力・運動能力の低下の原因として身体活動量の減少や基本的動作の未習得が指摘されている。また、体力・運動能力の低下とともに「転んで手が出ないで顔からぶつかる」などの危険回避動作ができない子どもがいると報告されている。これらのことから、手や腕を使い、頭部を保護し、かつ危険回避動作として捉えられている“転がる”動作が伴っている前転動作に着目した。さらに、幼児は“身体を支える”力も低下傾向にあることが報告されていることから、前転動作を行う際の第一段階である“身体を支える”力を養うことで、前転動作の技能が向上すると予測される。

そこで本研究の目的は、幼児における前転動作の技能向上が期待される支持・回転系運動遊びプログラムを考案し、その効果を明らかにすることである。

2. 方法

支持・回転系運動遊びプログラムを実施した群 (A群: Arm sport) と鉄棒・跳び箱運動遊びプログラムを実施した群 (B群: Bar / Buck) に群分けした。A群では、高這い位の状態で移動する“くまさんのお散歩”や、高這い位の状態で後ろにいる他の対象者に挨拶してから前方に左右軸回転をする“こんにちは回り”等の運動遊びプログラムを実施した。運動遊びプログラムの効果を検討するために、運動遊びプログラム前後 (PRE・POST) で幼児に前転動作を行わせ、“身体を支える”動作の評価をするために、前転動作を正面から評価した。評価は「着手」「上肢」「着頭」「着肩～着腰」「離腰」の5項目であり、それぞれの項目において4つの技能段階に分けて得点化した。

- 1) 対象者: 4~5歳の幼児79名 (A群; 32名、B群; 47名)
- 2) 実施時期: 令和元年6月~11月
- 3) 分析方法: 正面からの評価の各項目・合計得点について、それぞれ2群 (A群、B群) ×2取得時期 (PRE、POST) で二要因分散分析を行った。

3. 結果と考察

1) 前転動作の合計得点

正面からの評価においてA群ではPREよりPOSTの得点が有意に高くなったが、B群ではPREからPOSTで得点は有意に高くならなかった (図)。B群で実施した運動遊びプログラムは、前転動作に

おける正面から評価できる技能に対して効果的ではなかったと推察されるが、A群で実施した運動遊びプログラムは、前転動作における正面から評価できる技能に対して効果的であったと考えられる。

2) 前転動作の得点

“身体を支え”られたか否かを評価する「上肢」においては、A群、B群ともにPOSTの得点がPREより有意に高くなったが、“身体を支え”られたか、かつ“真っ直ぐに回転する”ことができたか否かを評価する「着頭」においては、A群でPOSTの得点がPREより有意に高くなった。したがって、前転動作において“身体を支え”た上で“真っ直ぐに”回転を行える観点から、A群で実施した前方に左右軸回転をする運動遊びプログラム“こんにちは回り”等が特に有効であったと推察される。これらのことから、“身体を支える”力を養った上で前方に左右軸回転をする運動遊びプログラムを実施すると前転動作の技能が向上すると考えられる。

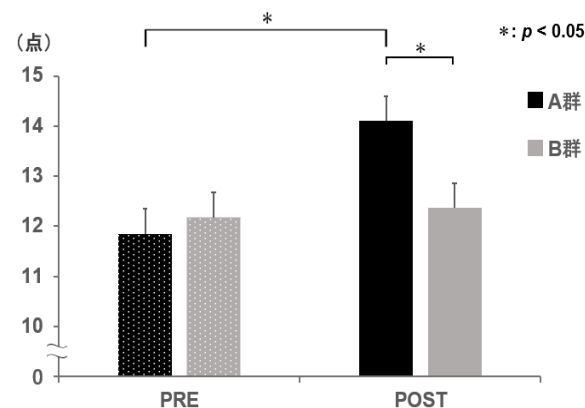


図 PRE・POSTにおける合計得点の変化

4. 結論

本研究では、幼児における前転動作の技能が向上すると期待される支持・回転系運動遊びプログラムを考案することで、特に前転動作における正面から評価できる項目に関して、幼児の前転動作の技能が向上することが明らかになった。

5. 主な参考文献

中村和彦・宮丸凱史・富田達彦 (1988), 幼児のころがり動作の発達とその評価による研究, 筑波大学体育科学系紀要, 11: 153-163.