

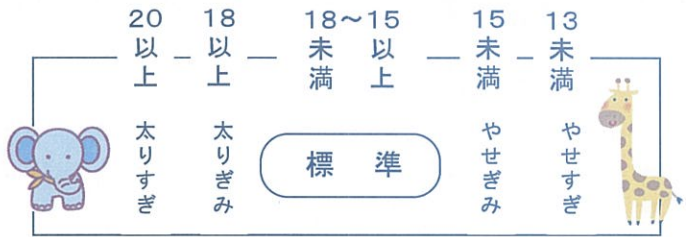
幼児運動能力テスト 奄美市教育委員会

幼稚園名：
名前：

パーソナルデータ

体格を知る!

測定項目	(単位)	数 値
身長	(cm)	cm
体重	(kg)	kg



BMIから見た現在の体格指数:

* BMI指数は世界共通の体格指数で身長と体重から算出します。BMIは生活習慣病との関係が深い数値として活用されています。

体力を知る!

体力要素	測定種目	(単位)	今年度の記録	
			1回目	2回目
スピード・走力	25m走	(秒)		
瞬発力・跳力	立ち幅跳び	(cm)		
協応性・投力	テニスボール投げ	(m)		
敏捷性	両足連続跳び越し	(秒)		
筋持久力	体支持持続時間	(秒)		
身体(ボール)操作能力	捕球	(回)		



- スピード・走力：全身の協応性や脚の筋力にも関係しています。また、幼児期における走テストは様々な体力要素が関係しているとも言われています。
- 瞬発力：短い時間にどれだけ大きな力を発揮できるかを調べています。
- 協応性：順序性のある運動や決められた運動課題を正確かつスムーズにできるかを調べています。
- 敏捷性：全身あるいは手・指・足などを使った反復運動の速さや、光・音などの刺激に対する反応の速さを表しています。
- 筋持久力：一定の筋力をどれだけ長く持続できるかについて調べています。
- 身体(ボール)操作能力：動いている物体に対して身体を適応させる能力です。近年の子どもで大きく低下している能力がボールを扱う動作であることから設定されている種目です。

発達を知る!







体力要素	測定種目	(単位)	年少	年中	年長
スピード・走力	25m走	(秒)			
瞬発力・跳力	立ち幅跳び	(cm)			
協応性・投力	テニスボール投げ	(m)			
敏捷性	両足連続跳び越し	(秒)			
筋持久力	体支持持続時間	(秒)			
身体(ボール)操作能力	捕球	(回)			



子どもの成長に気づき、豊かな心と健やかな体をはぐむための個人カルテ

下の資料は、全国の保育所と幼稚園における4歳～6歳までの幼児1万人を対象とした測定結果です。お子様の運動能力の発達状況について考える際の資料にしていただけだと思います。この資料はお子様の優劣を付けるためのものではありません。全国調査の値よりも低い項目があれば、その類の運動がお子様の日常生活において少ないことを示すという判断になります。私たちまわりの大人が御子様の生活環境、日常生活について考える材料にしてください。

平成20年度の全国調査による測定結果

測定項目	年齢区分	男 児	女 児
 25m走 (秒)	4歳前半	8.11	8.44
	4歳後半	7.33	7.57
	5歳前半	6.92	7.15
	5歳後半	6.48	6.66
	6歳前半	6.19	6.38
	6歳後半	6.12	6.30
 立ち幅跳び (cm)	4歳前半	76.3	71.7
	4歳後半	86.5	79.7
	5歳前半	93.0	86.0
	5歳後半	103.1	96.0
	6歳前半	111.4	102.8
	6歳後半	113.8	102.5
 テニスボール投げ (m)	4歳前半	4.1	3.1
	4歳後半	5.2	3.8
	5歳前半	6.1	4.3
	5歳後半	7.2	4.9
	6歳前半	8.8	5.7
	6歳後半	9.1	5.6
 両足連続跳び越し (秒)	4歳前半	8.14	8.17
	4歳後半	6.89	6.93
	5歳前半	6.38	6.40
	5歳後半	5.72	5.63
	6歳前半	5.25	5.35
	6歳後半	5.03	5.21
 体支持持続時間 (秒)	4歳前半	18.2	16.6
	4歳後半	24.1	26.8
	5歳前半	33.8	31.9
	5歳後半	44.8	45.2
	6歳前半	57.7	53.8
	6歳後半	64.1	54.0
 捕球 (回)	4歳前半	3.1	2.8
	4歳後半	4.2	3.9
	5歳前半	5.5	4.8
	5歳後半	6.7	6.1
	6歳前半	7.7	7.2
	6歳後半	8.0	7.6