

研究主題

第 14 回 東京都公立幼稚園・こども園 5 歳児の運動能力に関する調査

目 次

第 1	調査の概要	74
第 2	調査の背景とねらい	
1	調査の背景	75
2	調査のねらい	75
第 3	調査の内容及び方法	
1	調査内容	75
2	調査方法	75
第 4	調査結果	
1	運動能力調査の結果概要	76
2	運動能力調査結果における有意差検定の結果	77
3	運動能力の傾向	77
第 5	調査結果及び分析	
1	種目別調査結果及び分析	78
2	幼児の遊び、健康・体力づくりに関する取組の調査の結果と分析	86
第 6	調査のまとめと今後の課題	
1	調査のまとめ	89
2	幼児の運動能力向上に向けた指導・環境の工夫	89
3	今後の課題	90
○	資料編	91

＜成果と活用＞

1 東京都公立幼稚園・こども園 5 歳児の運動能力の傾向を示したこと

- 東京都公立幼稚園・こども園に在籍する 5 歳児 2,173 人を対象とした運動能力調査を実施し、過去の調査結果と比較・分析することで、幼児の運動能力の傾向を明らかにした。
- 幼児が楽しんで体を動かしている遊びの中に含まれる「動き」を 30 の要素に分類し、調査・分析した。
- 運動能力調査と併せて、幼児の遊び、健康・体力づくりに関する取組の調査（以下、アンケート調査とする。）を実施し、幼児が楽しんで体を動かしている遊びや健康・体力づくりに関する指導・援助などの状況や様々な動きを取り入れるための工夫を示した。

2 調査結果や実践事例に基づく幼児教育の更なる工夫・改善について示したこと

各幼稚園・こども園において、運動能力調査とアンケート調査の結果を活用することで、幼児が楽しんで体を動かすことができる遊びや健康・体力づくりに関する援助などの工夫・改善につなげることができる。また、小学校教育との接続・連携を視野に入れた幼児教育の充実を図るための研究・研修に役立てることができる。

第1 調査の概要

背景

都市化による社会環境・生活様式の変化

- 科学技術の飛躍的な発展
- 生活における利便性の向上
- 体を動かす機会の減少
- 遊ぶ場所、遊ぶ仲間、遊ぶ時間の減少

幼児の育ちの課題

- 基本的な生活習慣の定着
- コミュニケーション能力の向上
- 自制心や規範意識の向上
- 運動能力の向上
- 小学校生活への適応
- 学びに対する意欲・関心の向上 など

幼児期における指導上の課題

主体的に体を動かす遊びを中心とした身体活動を、
幼児の生活全体の中に確保すること

ねらい

幼児の運動能力、遊びや動きについての実態を把握することで
幼児教育の充実及び小学校教育との接続・連携を図る

内容・方法

- ◆ 運動能力調査
 - ① 25m走
 - ② 立ち幅跳び
 - ③ ソフトボール投げ
 - ④ 体支持持続時間
 - ⑤ 両足連続跳び越し
- ◆ 幼児の遊び、健康・体力づくりに関する取組の調査（補助調査）
 - 幼児が楽しんで体を動かしている遊びと動き
 - 幼児が体を動かすための工夫（環境・遊び方など）
 - 幼児の日常生活に必要な動作や身のこなし
 - 幼児の健康増進・体力づくりなどについて小学校と連携した取組例
- ◆ 期間 令和元年10月から11月までの連続する2週間
- ◆ 対象 都内公立幼稚園・こども園に在籍する5歳児（抽出）
71園 2,173人（都内公立幼稚園・こども園に在籍する5歳児全体の44.1%）

成果の活用

- ◆ 各園・各学校への情報提供（ホームページ・研究紀要）
- ◆ 研究成果の普及・啓発（教育課題研究発表会での発表）

第 2 調査の背景とねらい

1 調査の背景

昭和 50 年代前半、都市化の影響から運動能力の発達が十分でなかったり、遊びに意欲的に取り組めなかったりする幼児の増加が問題視されるようになった。東京都教育委員会では幼児教育を推進する上で、幼児の運動能力の実態を捉えることが重要であると考え、昭和 55 年度より 3 年ごとに東京都公立幼稚園・こども園に在園する 5 歳児を対象に運動能力調査を実施してきた。また、平成 13 年度からは、小学校教育との接続や連携の観点も含めて調査を行っている。

近年、幼児については、運動能力の向上だけではなく、基本的な生活習慣の定着、コミュニケーション能力の向上、自制心や規範意識の向上などの課題が指摘されており、国は子供を取り巻く環境の変化を踏まえ、幼児教育の更なる充実に向けた総合的な施策を進めている。

2 調査のねらい

本調査は、幼児の運動能力の傾向を明らかにするとともに、調査実施園に対してアンケート調査を実施することにより、幼児教育の充実及び小学校教育との接続・連携に資することをねらいとする。

第 3 調査の内容及び方法

1 調査内容

(1) 運動能力調査 ※測定方法の詳細は、資料編 95 ページから 99 ページまでを参照のこと。

ア 25m 走（主として敏捷性、瞬発力）

30m の直走路を走り、スタートから 25m の地点を通過したときの時間を測定する。

イ 立ち幅跳び（主として瞬発力）

両足同時に踏み切って跳び、踏み切り線と着地した地点との最短距離を測定する。

ウ ソフトボール投げ（主として瞬発力、調整力）

助走を行わずにボールを投げ、投球するラインと落下地点との距離を測定する。

エ 体支持持続時間（主として筋力、持久力）

二つの巧技台の間に立ち、両腕で体を浮かし、体を支えられる時間を測定する。

オ 両足連続跳び越し（主として調整力、敏捷性）

4 m 50 cm の間に置かれた 10 個の積み木を両足で同時に跳ぶ時間を測定する。

(2) 幼児の遊び、健康・体力づくりに関する取組の調査

各園が工夫している幼児が体を動かすことを楽しむための遊びや小学校と連携した取組、幼児の日常生活における動作や身のこなしに関する課題、運動が得意な幼児の動きの傾向について調べるため、アンケート調査を実施し、分析した。

調査方法の詳細は、資料編 100 ページに記載した。

2 調査方法

(1) 対象園

過去の調査で、継続的に調査を実施している 42 園及びこれまで調査を行っていない園から新規に 29 園を抽出し、合計 71 園を対象園とした。

(2) 対象幼児

調査対象園（71園）に在籍する5歳児2,173人

（都内全公立幼稚園・こども園168園に在籍する5歳児4,928人の44.1%に当たる。）

〔令和元年度学校基本調査より〕

(3) 調査期間

令和元年10月から11月までの2か月の間の連続する2週間で実施した。

第4 調査結果

1 運動能力調査の結果概要

前回（平成28年度）及び今回（平成31年度）の調査結果について、男女別及び年齢区分別の平均値をまとめると、以下のとおりである（表1、表2及び表3）。

表1 前回及び今回の調査結果（年齢区分A・男女別）

種目 性別 年度	25m走(秒)		立ち幅跳び(cm)		ソフト ボール投げ(m)		体支持 持続時間(秒)		両足連続 跳び越し(秒)	
	男児	女児	男児	女児	男児	女児	男児	女児	男児	女児
平成28年度	6.6	6.6	100.0	94.6	5.4	3.9	41.8	40.4	5.9	5.9
平成31年度	6.4	6.6	103.5	95.5	5.3	4.1	38.3	36.7	5.8	6.2
前回比	0.2	0	3.5	0.9	▲0.1	0.2	▲3.5	▲3.7	0.1	▲0.3

表2 前回及び今回の調査結果（年齢区分B・男女別）

種目 性別 年度	25m走(秒)		立ち幅跳び(cm)		ソフト ボール投げ(m)		体支持 持続時間(秒)		両足連続 跳び越し(秒)	
	男児	女児	男児	女児	男児	女児	男児	女児	男児	女児
平成28年度	6.3	6.4	107.3	100.6	6.4	4.4	46.4	51.0	5.5	5.5
平成31年度	6.1	6.3	108.5	101.9	6.2	4.5	46.2	45.1	5.6	5.6
前回比	0.2	0.1	1.2	1.3	▲0.2	0.1	▲0.2	▲5.9	▲0.1	▲0.1

表3 前回及び今回の調査結果（全体平均・男女別）

種目 性別 年度	25m(秒)		立ち幅跳び(cm)		ソフト ボール投げ(m)		体支持 持続時間(秒)		両足連続 跳び越し(秒)	
	男児	女児	男児	女児	男児	女児	男児	女児	男児	女児
平成28年度	6.4	6.5	104.4	98.1	6.0	4.2	44.6	46.5	5.7	5.7
平成31年度	6.2	6.4	106.6	99.4	5.9	4.4	43.3	41.8	5.7	5.8
前回比	0.2	0.1	2.2	1.3	▲0.1	0.2	▲1.3	▲4.7	0	▲0.1

《年齢区分》

この調査研究では、調査実施時における幼児の年齢を、以下のように二つに分けている。

- ・「年齢区分A」（5歳0か月から5歳11か月まで）
- ・「年齢区分B」（6歳0か月から6歳11か月まで）

《データ集計》

この調査では、測定値の平均値を小数第1位までの概数で表している。なお、未測定の数値については、除外して集計している。表1、表2及び表3の「前回比」において、▲印の付いた数値は、前回と比べて記録が下降したものを表している。

2 運動能力調査結果における有意差検定の結果

前回と今回の調査における有意差、今回の調査における男女間及び年齢区分間における有意差について検定を行った。結果は以下のとおりである（表 4、表 5）。

表 4 前回と今回の調査における有意差

種目 比較した項目		25m走	立ち幅跳び	ソフト ボール投げ	体支持 持続時間	両足連続 跳び越し
		年齢区分				
	A	男児	◎	◎	×	×
		女児	×	×	○	×
	B	男児	◎	×	×	×
		女児	×	×	×	◎
男児全体		◎	◎	×	×	
女児全体		○	×	◎	◎	

表 5 男女間、年齢区分間における有意差

種目 比較した項目	25m走	立ち幅跳び	ソフト ボール投げ	体支持 持続時間	両足連続 跳び越し
男児・女児間	○	○	○	×	×
年齢区分 A の男女間	○	○	○	×	○
年齢区分 B の男女間	○	○	○	×	×
男児の年齢区分 A B 間	○	○	○	○	×
女児の年齢区分 A B 間	○	○	○	○	○

《有意差の見方》

- ・◎印…「有意水準 1 % で、有意差あり」
- ・○印…「有意水準 5 % で、有意差あり」
- ・×印…「有意差なし」

《有意差検定》

有意差とは、確かに差があり、それは偶然起こったものではないといえるかどうかを検討した結果の差のことである。

この調査では、サンプル数、平均値、平均値の標準偏差から有意差検定を行っている。*1

有意差検定の結果は、比較をした数値間に偶然とはいえない差があるかどうかを記号で示している。

- *1 例えば、年齢区分 A の男児における前回と今回の有意差（表 4・1 段目）について、25m 走と立ち幅跳びでは「99% の確率で偶然とは考えにくい差がある」であり、ソフトボール投げと体支持持続時間、両足連続跳び越しでは「今回のサンプル数において、95% の確率で偶然とは考えにくい差があるとは考えられない」ということである。

3 運動能力の傾向

前回と今回の調査について比較した結果（表 1、表 2 及び表 3）、平均値が上昇傾向を示した種目もあれば、低下傾向を示す種目もあった。有意差検定の結果と併せると（表 4）、男児全体の「25m 走」、「立ち幅跳び」、女児全体の「ソフトボール投げ」などで有意差が認められ、前回の調査より上昇したと言える。

今回の調査における有意差検定の結果（表 5）、年齢差（年齢区分 A B 間の差）については男女共に「25m 走」、「立ち幅跳び」、「ソフトボール投げ」及び「体支持持続時間」で有意差が認められ、年齢が上がるにつれて記録が上昇する状況が見られた。また、性差（男女差）については、年齢区分 A、B 及び全体において「25m 走」、「立ち幅跳び」及び「ソフトボール投げ」で有意差が認められたが、「体支持持続時間」で有意差が認められなかった。

第5 調査結果及び分析

1 種目別調査結果及び分析

(1) 身長

ア 調査結果

表6 身長の調査結果

年度	性別	年齢区分A(5歳0か月～5歳11か月)					年齢区分B(6歳0か月～6歳11か月)					全体		
		平均 (cm)	標準 偏差	変動 係数	最高値 (cm)	最低値 (cm)	平均 (cm)	標準 偏差	変動 係数	最高値 (cm)	最低値 (cm)	平均 (cm)	標準 偏差	変動 係数
平成 31 年度	男児	112.1	4.6	4.1	125.1	101.5	115.1	4.7	4.1	131.2	101.7	114.0	4.9	4.3
	女児	110.6	4.4	4.0	123.1	98.8	114.1	4.6	4.0	130.7	94.6	112.8	4.8	4.3

《標準偏差》

標準偏差とは、平均の周りにおける資料の散らばりの度合いを数量的に表す量である。
この数値が大きいほど、平均値から遠く離れている測定値が多くあり、資料の散らばりが大きい。
反対に、この数値が小さいほど、平均値の周りに測定値が集まり、資料の散らばりが小さい。

《変動係数》

変動係数とは、平均値に対する標準偏差の割合を表すもので、相対的な散らばりを表す指標である。
標準偏差は測定単位の影響を受けるので単位の異なる資料の比較ができないが、変動係数は単位が異なる資料の散らばりの度合いを相互に比較できる。この値が大きいほど、平均値の周りにおける資料の散らばりの度合いが大きい。

イ 全体平均値の推移

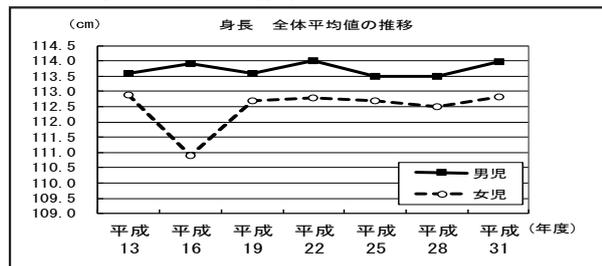


図1 身長の全体平均値の推移（過去6回）

ウ 年齢区分間の比較

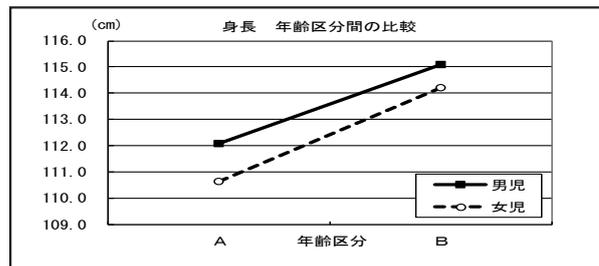


図2 身長の年齢区分間の比較（今回）

エ 身長の傾向分析

全体平均値の推移は、平成16年度の調査を除き、平成13年度の調査から男女共にほぼ横ばいの傾向である。また、男児と女児との差は、平成16年度の調査を除き、約1cm程度で推移している（図1）。今回の調査で、その差は1.2cmであった（表6）。

年齢区分間の比較では、年齢区分Aと年齢区分Bとの差は、男児が3.0cm、女児が3.5cmであった（表6）。男児と比べて女児の方が身長の伸びが大きい（図2）。

(2) 体重

ア 調査結果

表7 体重の調査結果

年度	性別	年齢区分A(5歳0か月～5歳11か月)					年齢区分B(6歳0か月～6歳11か月)					全体		
		平均 (kg)	標準 偏差	変動 係数	最高値 (kg)	最低値 (kg)	平均 (kg)	標準 偏差	変動 係数	最高値 (kg)	最低値 (kg)	平均 (kg)	標準 偏差	変動 係数
平成 31 年度	男児	19.3	3.1	15.9	46.2	13.6	20.3	2.9	14.5	35.8	13.0	20.0	3.0	15.2
	女児	18.6	2.6	13.8	29.1	13.3	19.9	3.1	15.5	33.9	10.5	19.4	3.0	15.3

イ 全体平均値の推移

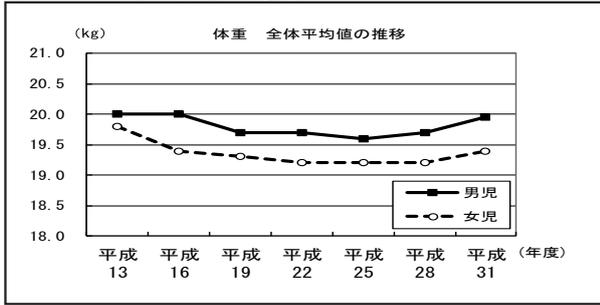


図 3 体重の全体平均値の推移 (過去 6 回)

ウ 年齢区分間の比較

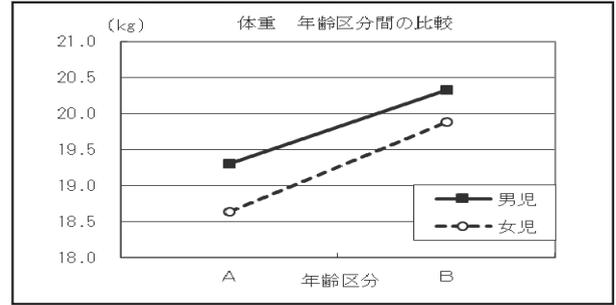


図 4 体重の年齢区分間の比較 (今回)

エ 体重の傾向分析

全体平均値の推移では、平成 13 年度の調査から男女共にほぼ横ばいの傾向が見られる。また、男児と女児との差は、約 0.5kg 程度で推移している (図 3)。今回の調査で、その差は 0.6kg であった (表 7)。

年齢区分間の比較では、年齢区分 A と年齢区分 B との差は、男児が 1.0kg、女児が 1.3kg であった (表 7)。男女共に体重の増加はほぼ同じである (図 4)。

(3) カウプ指数

ア 調査結果

表 8 カウプ指数の調査結果

年度	年齢 項目 性別	年齢区分 A (5 歳 0 か月～5 歳 11 か月)					年齢区分 B (6 歳 0 か月～6 歳 11 か月)					全 体		
		平均	標準偏差	変動係数	最高値	最低値	平均	標準偏差	変動係数	最高値	最低値	平均	標準偏差	変動係数
		平成 31 年度	男 児	15.3	1.7	10.9	29.5	12.3	15.3	1.5	10.0	27.0	11.1	15.3
平成 31 年度	女 児	15.2	1.5	9.7	21.9	12.4	15.2	1.7	11.0	22.4	5.9	15.2	1.6	10.5

《カウプ指数》

カウプ指数とは、乳幼児 (3 か月～5 歳) の発育状態の程度を表す指数である。肥満・痩身度の指標であり、一般にボディマス指数 (BMI:Body-Mass Index) と呼ばれる指数と同じである。

$$\text{カウプ指数} = \left\{ \frac{\text{体重 (g)}}{\text{身長 (cm)} \times \text{身長 (cm)}} \right\} \times 10$$

満 5 歳の幼児の場合、カウプ指数が 14.5 以上 16.5 未満であれば、発育状態は「標準」であり、14.5 未満では「やせぎみ」、16.5 以上では「太りぎみ」等と判定する。

イ カウプ指数の傾向分析

前回の調査では、男児で 15.2、女児で 15.1 であった。今回の調査では、男児で 15.3、女児で 15.2 という結果となった。発育状態は、今回の調査でも、男女共に「標準」である (表 8)。

年齢区分間の比較では、年齢区分 A と年齢区分 B との差は、男女共に ±0 であった (表 8)。男女共に年齢による発育状態の差はないと言える。

(4) 25m 走

ア 調査結果

表 9 25m 走の調査結果

年度	年齢 項目 性別	年齢区分 A (5 歳 0 か月～5 歳 11 か月)					年齢区分 B (6 歳 0 か月～6 歳 11 か月)					全 体		
		平均 (秒)	標準偏差	変動係数	最高値 (秒)	最低値 (秒)	平均 (秒)	標準偏差	変動係数	最高値 (秒)	最低値 (秒)	平均 (秒)	標準偏差	変動係数
		平成 31 年度	男 児	6.4	0.7	10.8	4.9	9.4	6.1	0.7	11.2	3.8	10.8	6.2
平成 31 年度	女 児	6.6	0.7	11.0	4.3	9.5	6.3	0.6	9.9	4.5	9.9	6.4	0.7	10.5

イ 度数分布

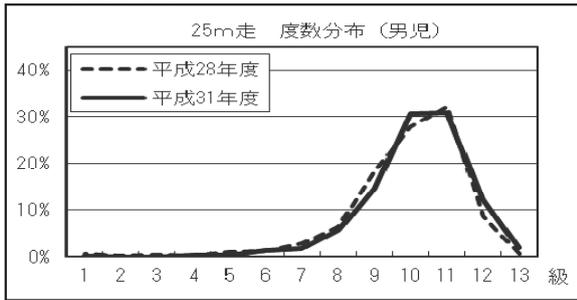


図5 25m走の度数分布（前回・今回）（男児）

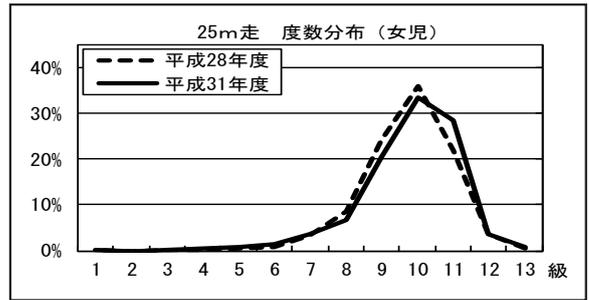


図6 25m走の度数分布（前回・今回）（女児）

《25m走 級設定》（単位：秒）

1級 10.6～	2級 10.1～10.5（代表値 10.3）	3級 9.6～ 10.0（代表値 9.8）
4級 9.1～ 9.5（代表値 9.3）	5級 8.6～ 9.0（代表値 8.8）	6級 8.1～ 8.5（代表値 8.3）
7級 7.6～ 8.0（代表値 7.8）	8級 7.1～ 7.5（代表値 7.3）	9級 6.6～ 7.0（代表値 6.8）
10級 6.1～ 6.5（代表値 6.3）	11級 5.6～ 6.0（代表値 5.8）	12級 5.1～ 5.5（代表値 5.3）
13級 ~ 5.0		

男女共に前回の度数分布とほぼ同じ形状を示しており、平均値の属する10級を中心に分布している。男児は10級の割合が増えている（図5）。女児は11級の割合が増えている（図6）。

ウ 全体平均値の推移

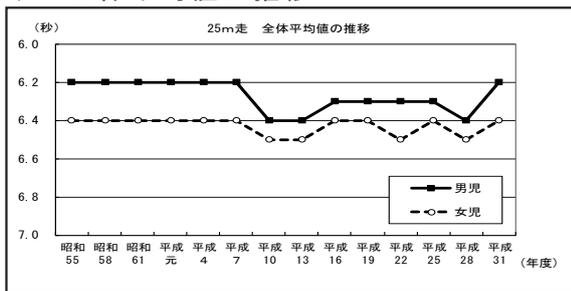


図7 25m走の全体平均値の推移（過去13回）

エ 指数変化の推移

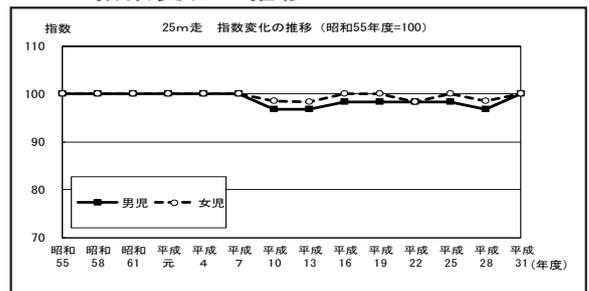


図8 25m走の指数変化の推移（過去13回）

全体平均値は、平成10年度に男女共に下降したが、平成16年度に男女共に0.1秒上昇した。その後、男女共にほぼ横ばいの傾向であった。今回の調査でも、男女共にほぼ横ばいの結果であった。（図7）。

第1回調査（昭和55年度）の結果を100とした指数変化では、昭和55年度から平成7年度まで男女共に変化はなかったが、平成10年度から男女共に低下した。平成16年度の調査では、女児は昭和55年度の値100に戻し、男児の指数も98.4に上昇した。今回の調査では、男子が100、女児が98.5である。全体的には、男女共に第1回調査以降ほぼ横ばいの状態で、大きな変化は見られない（図8）。

オ 年齢区分間・男女間の比較

年齢区分間の差は、前回の調査では、男児が約0.3秒、女児が約0.2秒であった。今回の調査では、男児が約0.3秒、女児が約0.3秒であった（表9）。また、女児に比べて男児が、年齢区分Aで0.2秒、年齢区分Bで0.2秒の差があった（図9）。

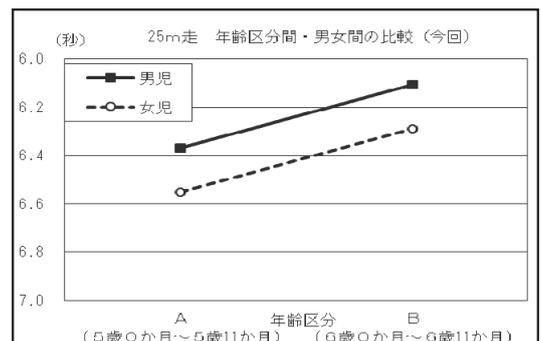


図9 25m走の年齢区分間・男女間の比較（今回）

(5) 立ち幅跳び

ア 調査結果

表 10 立ち幅跳びの調査結果

年度	性別	年齢区分A (5歳0か月～5歳11か月)					年齢区分B (6歳0か月～6歳11か月)					全 体		
		平均	標準	変動	最高値	最低値	平均	標準	変動	最高値	最低値	平均	標準	変動
		(cm)	偏差	係数	(cm)	(cm)	(cm)	偏差	係数	(cm)	(cm)	(cm)	偏差	係数
平成31年度	男児	103.5	19.1	18.4	155.0	26.0	108.5	19.6	18.1	165.0	13.0	106.6	19.6	18.3
	女児	95.5	17.4	18.2	140.0	40.0	101.9	17.4	17.1	153.0	12.0	99.4	17.7	17.8

イ 度数分布

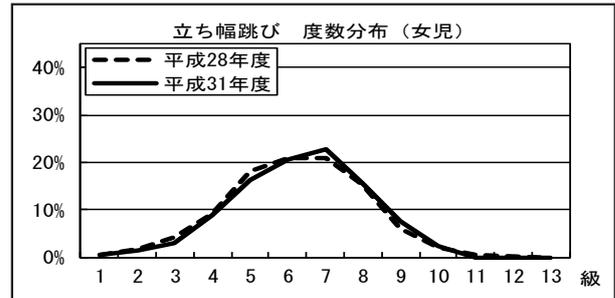
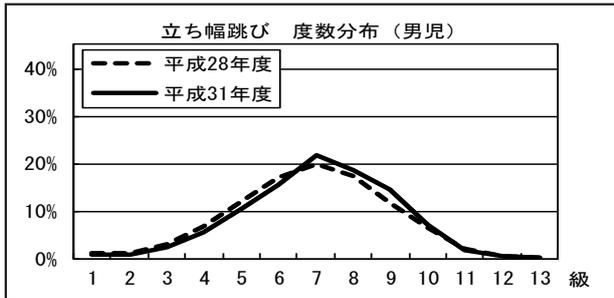


図 10 立ち幅跳びの度数分布（前回・今回）（男児）

図 11 立ち幅跳びの度数分布（前回・今回）（女児）

《立ち幅跳び 級設定》（単位：cm）

1級	0～50（代表値 25）	2級	51～60（代表値 55）	3級	61～70（代表値 65）
4級	71～80（代表値 75）	5級	81～90（代表値 85）	6級	91～100（代表値 95）
7級	101～110（代表値 105）	8級	111～120（代表値 115）	9級	121～130（代表値 125）
10級	131～140（代表値 135）	11級	141～150（代表値 145）	12級	151～160（代表値 155）
13級	161～				

男女共に前回の度数分布とほぼ同じ形状を示しており、7級を中心に分布している。男女共に7級の割合が増えている（図10、図11）。

ウ 全体平均値の推移

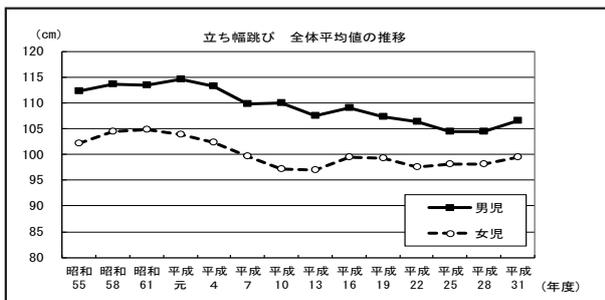


図 12 立ち幅跳びの全体平均値の推移（過去 13 回）

エ 指数変化の推移

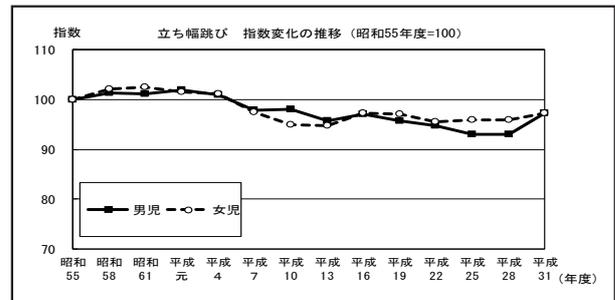


図 13 立ち幅跳びの指数変化の推移（過去 13 回）

全体平均値は、男児が平成元年度、女児は昭和 61 年度に最も大きい値を示した。平成 16 年度に上昇したが、その後は全体的には低下傾向が見られる。今回の調査では、前回調査から、男児は 2.2 cm、女児は 1.3 cm 大きい値を示した（図 12）。

第 1 回調査（昭和 55 年度）の結果を 100 とした指数変化では、昭和 55 年度から平成 4 年度まで男女共に第 1 回調査を上回っていたが、平成 7 年度から男女共に下回っている。その後、平成 16 年度の調査では、男女共に指数は一度上昇に転じたが、その後はほぼ横ばいである。今回の調査では、男女共に 97.3 である。全体的には、男女共に、第 1 回調査以降低下傾向が見られる（図 13）。

オ 年齢区分間・男女間の比較

年齢区分間の差は、前回の調査では、男児が約7.3cm、女児が約6.0cmであった。今回の調査では、男児が約5.0cm、女児が約6.4cmであった(表10)。また、男女間では、年齢区分Aで約8.0cm、年齢区分Bで約6.6cmの差があり(表10)、年齢が上がるにつれて性差による数値の開きが小さくなった(図14)。

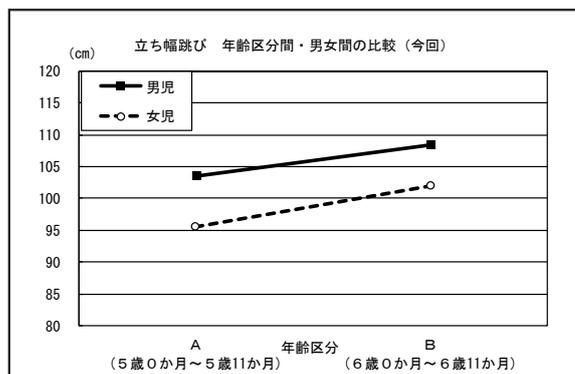


図14 立ち幅跳びの年齢区分間・男女間の比較(今回)

(6) ソフトボール投げ

ア 調査結果

表11 ソフトボール投げの調査結果

年度	性別	年齢区分A(5歳0か月～5歳11か月)					年齢区分B(6歳0か月～6歳11か月)					全体		
		平均(m)	標準偏差	変動係数	最高値(m)	最低値(m)	平均(m)	標準偏差	変動係数	最高値(m)	最低値(m)	平均(m)	標準偏差	変動係数
平成31年度	男児	5.3	2.3	43.6	19.0	0.5	6.2	2.8	45.8	25.5	1.0	5.9	2.7	45.7
	女児	4.1	1.5	35.8	11.0	1.0	4.5	1.6	34.8	11.0	1.0	4.4	1.6	35.3

イ 度数分布

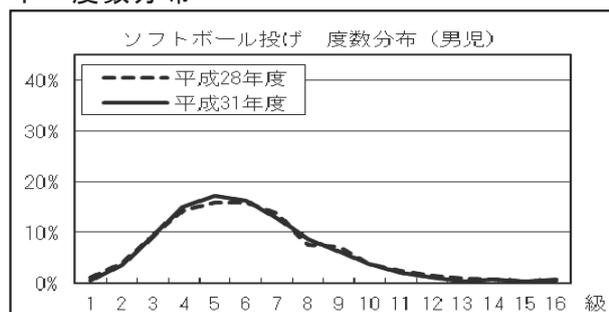


図15 ソフトボール投げの度数分布(前回・今回)(男児)

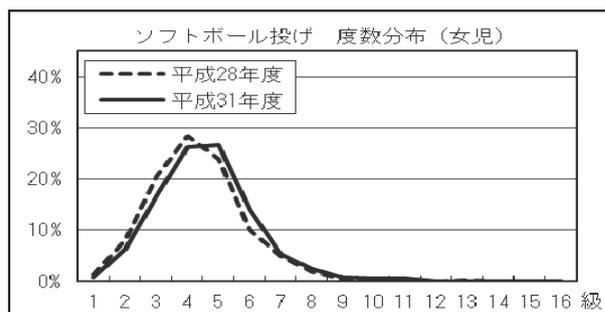


図16 ソフトボール投げの度数分布(前回・今回)(女児)

《ソフトボール投げ 級設定》(単位:m)

1級	0 ~ 1.0 (代表値 0.5)	2級	1.1 ~ 2.0 (代表値 1.5)	3級	2.1 ~ 3.0 (代表値 2.5)
4級	3.1 ~ 4.0 (代表値 3.5)	5級	4.1 ~ 5.0 (代表値 4.5)	6級	5.1 ~ 6.0 (代表値 5.5)
7級	6.1 ~ 7.0 (代表値 6.5)	8級	7.1 ~ 8.0 (代表値 7.5)	9級	8.1 ~ 9.0 (代表値 8.5)
10級	9.1 ~ 10.0 (代表値 9.5)	11級	10.1 ~ 11.0 (代表値 10.5)	12級	11.1 ~ 12.0 (代表値 11.5)
13級	12.1 ~ 13.0 (代表値 12.5)	14級	13.1 ~ 14.0 (代表値 13.5)	15級	14.1 ~ 15.0 (代表値 14.5)
16級	15.1 ~				

男女共に前回の度数分布とほぼ同じ形状を示している。男児は平均値の属する6級を中心に分布している(図15)。女児も平均値の属する5級を中心に分布している(図16)。

また、変動係数に着目すると、男児が45.7、女児が35.3と数値が大きい(表11)。調査協力園における運動能力調査の様子からも、ボールを上手投げ(オーバースロー)で投げたり、ボールを投げる手と反対の足を前に出して投げたりする動きが十分にできていない様子が見られた。この種目は、個人差が大きい種目であると言える。

ウ 全体平均値の推移

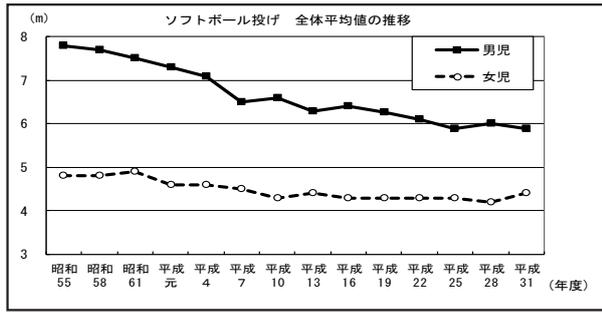


図17 ソフトボール投げの全体平均値の推移（過去13回）

全体平均値は、男児は平成7年度以降、多少の上下を繰り返しつつ低下傾向が見られ、女児は平成元年度以降、ほぼ横ばいである。今回の調査では、前回調査から、男児は0.1m小さい値を示し、女児は0.2m大きい値を示した（図17）。

第1回調査（昭和55年度）の結果を100とした指数変化では、昭和61年度に女児が第1回調査を一度上回ったが、男女共に第1回調査から低下傾向が見られる。また、女児よりも男児の方が下降率は大きい。今回の調査では、男子が75.6、女児が91.7である（図18）。

エ 指数変化の推移

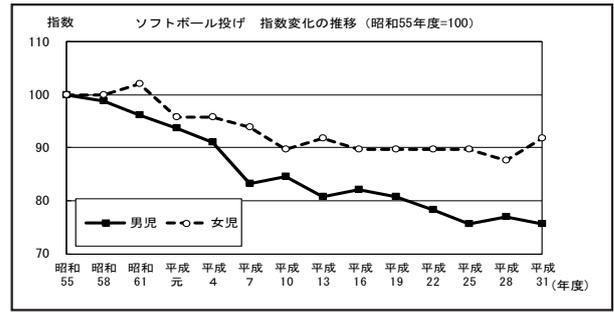


図18 ソフトボール投げの指数変化の推移（過去13回）

オ 年齢区分間・男女間の比較

年齢区分間の差は、前回の調査では、男児が約1.0m、女児が約0.5mであった。今回の調査では、男児が約0.9m、女児が約0.4mであった（表11）。また、男女間では、年齢区分Aで約1.2m、年齢区分Bで約1.7mの差があり（表11）、年齢が上がるにつれて性差による数値の開きが大きくなった（図19）。

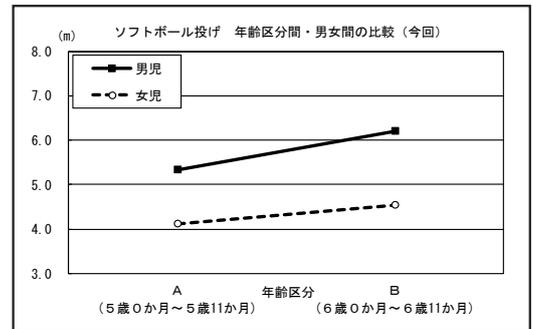


図19 ソフトボール投げの年齢区分間・男女間の比較（今回）

(7) 体支持持続時間

ア 調査結果

表12 体支持持続時間の調査結果

年度	性別	年齢区分A (5歳0か月～5歳11か月)					年齢区分B (6歳0か月～6歳11か月)					全体		
		平均 (秒)	標準偏差	変動係数	最高値 (秒)	最低値 (秒)	平均 (秒)	標準偏差	変動係数	最高値 (秒)	最低値 (秒)	平均 (秒)	標準偏差	変動係数
平成31年度	男児	38.3	31.0	80.9	190.0	1.0	46.2	33.1	71.7	285.0	1.0	43.3	32.6	75.2
平成31年度	女児	36.7	28.2	77.0	216.0	1.0	45.1	31.7	70.4	249.0	2.0	41.8	30.7	73.4

イ 度数分布

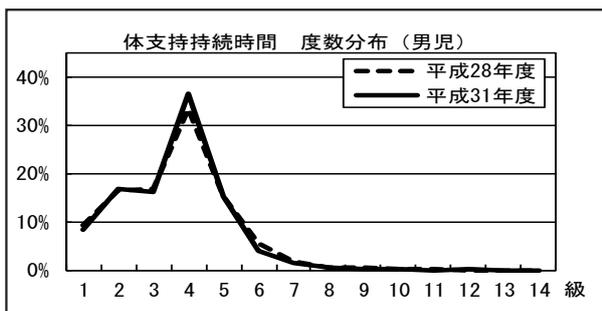


図20 体支持持続時間の度数分布（前回・今回）（男児）

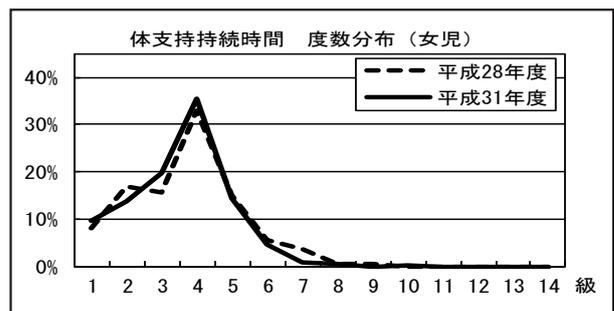


図21 体支持持続時間の度数分布（前回・今回）（女児）

《体支持持続時間 級設定》(単位: 秒)

1級	0～10 (代表値 5)	2級	11～20 (代表値 15)	3級	21～30 (代表値 25)
4級	31～60 (代表値 45)	5級	61～90 (代表値 75)	6級	91～120 (代表値 105)
7級	121～150 (代表値 135)	8級	151～180 (代表値 165)	9級	181～210 (代表値 195)
10級	211～240 (代表値 225)	11級	241～270 (代表値 255)	12級	271～300 (代表値 285)
13級	301～330 (代表値 315)	14級	331～		

男女共に前回の度数分布とほぼ同じ形状を示しており、平均値の属する4級に集まっている。男児は4級の割合が増え(図20)、女児は2級が減って3級の割合が増えている(図21)。

また、変動係数に着目すると、男児が75.2、女児が73.4と数値が大きい(表12)。この種目は、ソフトボール投げと同様に、個人差が大きい種目であると言える。

ウ 全体平均値の推移

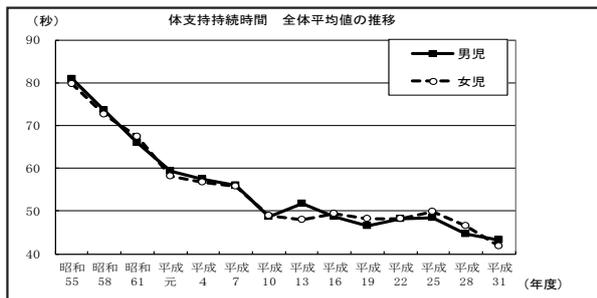


図22 体支持持続時間の全体平均値の推移(過去13回)

全体平均値は、昭和55年度から平成10年度にかけて男児が32.2秒、女児が30.7秒低下した。男女共に第1回調査から低下傾向で、今回の調査では最低値を示した(図22)。

エ 指数変化の推移

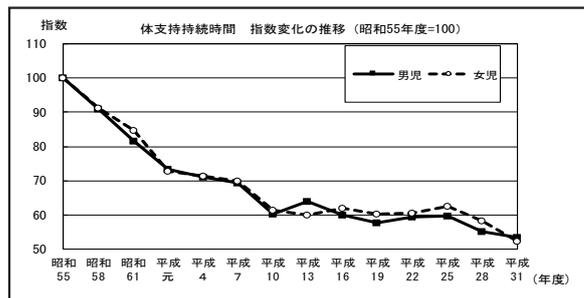


図23 体支持持続時間の指数変化の推移(過去13回)

第1回調査(昭和55年度)の結果を100とした指数変化では、昭和55年度から平成10年度にかけて男女共に約40ポイント下降し、その後平成25年度にかけて多少の上下を繰り返しつつほぼ横ばいの傾向である。今回の調査では、男子が53.5、女児が52.4と男女共に指数が60ポイントを下回り、前回の調査から再び下降傾向に転じた(図23)。

オ 年齢区分間・男女間の比較

年齢区分間の差は、前回の調査では、男児が約4.6秒、女児が約10.6秒であった。今回の調査では、男児が約7.9秒、女児が約8.4秒であった(表12)。また、男女間では、年齢区分Aで約1.6秒、年齢区分Bで約1.1秒の差があり(表12)、年齢が上がるにつれて、性差による数値の開きが小さくなった(図24)。

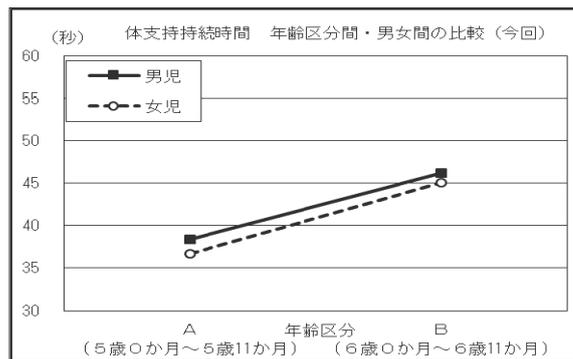


図24 体支持持続時間の年齢区分間・男女間の比較(今回)

(8) 両足連続跳び越し

ア 調査結果

表13 両足連続跳び越しの調査結果

年度	性別	年齢区分A(5歳0か月～5歳11か月)					年齢区分B(6歳0か月～6歳11か月)					全体		
		平均(秒)	標準偏差	変動係数	最高値(秒)	最低値(秒)	平均(秒)	標準偏差	変動係数	最高値(秒)	最低値(秒)	平均(秒)	標準偏差	変動係数
平成31年度	男児	5.8	1.6	27.3	3.5	17.7	5.6	2.0	35.2	3.4	31.4	5.7	1.8	32.2
	女児	6.2	2.9	47.7	3.6	44.4	5.6	1.4	25.0	3.7	22.1	5.8	2.2	37.1

イ 度数分布

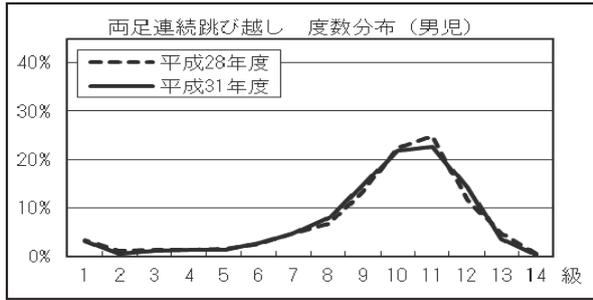


図 25 両足連続跳び越しの度数分布 (前回・今回) (男児)

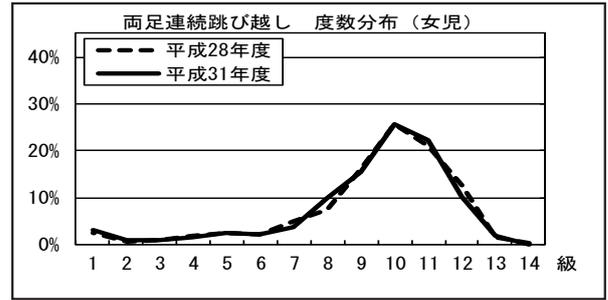


図 26 両足連続跳び越しの度数分布 (前回・今回) (女児)

《両足連続跳び越し 級設定》(単位：秒)

1 級	9.6～	2 級	9.1～9.5 (代表値 9.3)	3 級	8.6～9.0 (代表値 8.8)
4 級	8.1～8.5 (代表値 8.3)	5 級	7.6～8.0 (代表値 7.8)	6 級	7.1～7.5 (代表値 7.3)
7 級	6.6～7.0 (代表値 6.8)	8 級	6.1～6.5 (代表値 6.3)	9 級	5.6～6.0 (代表値 5.8)
10 級	5.1～5.5 (代表値 5.3)	11 級	4.6～5.0 (代表値 4.8)	12 級	4.1～4.5 (代表値 4.3)
13 級	3.6～4.0 (代表値 3.8)	14 級	～3.5		

男女共に前回の度数分布とほぼ同じ形状を示しており、10 級・11 級に集まっている。男児は 11 級の割合が減っている (図 25)。女児は 8 級の割合が増えている (図 26)。

また、変動係数に着目すると、男児が 32.2、女児が 37.1 と数値が大きく、この種目も、個人差が大きい種目であると言える (表 13)。

ウ 全体平均値の推移

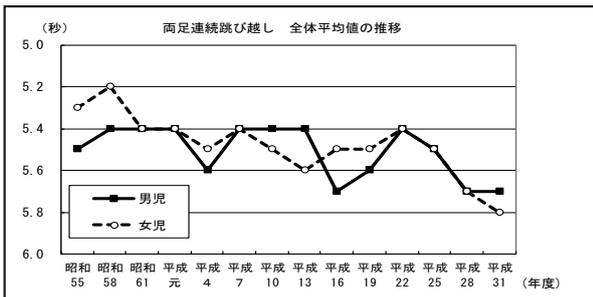


図 27 両足連続跳び越しの全体平均値の推移 (過去 13 回)

エ 指数変化の推移

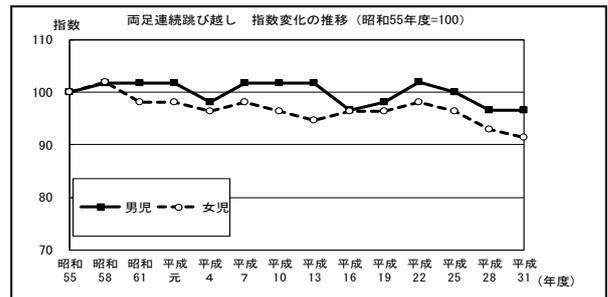


図 28 両足連続跳び越しの指数変化の推移 (過去 13 回)

全体平均値は、昭和 55 年度から平成 22 年度にかけて男女共に上下を繰り返している。今回の調査では、男児はほぼ横ばいで、女児が最低値を示した (図 27)。

第 1 回調査 (昭和 55 年度) の結果を 100 とした指数変化では、平成 22 年度に男児は第 1 回調査を上回ったものの、その後は男女共に低下傾向が見られる。今回の調査では、男子が 96.5、女児が 91.4 である (図 28)。

オ 年齢区分間・男女間の比較

年齢区分間の差は、前回の調査では、男女共に約 0.4 秒であった。今回の調査では、男児が約 0.2 秒、女児が約 0.6 秒であった (表 13)。また、男女間では、年齢区分 A では性差による数値の差が大きい、年齢区分 B では性差による数値の差は認められない (図 29)。

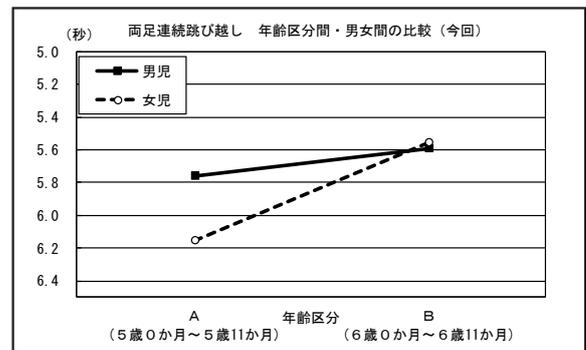


図 29 両足連続跳び越しの年齢区分間・男女間の比較 (今回)

2 幼児の遊び、健康・体力づくりに関する取組の調査の結果と分析

運動能力調査と併せて、幼児が体を動かすことを楽しむために各園がしている工夫や小学校と連携した取組、幼児の日常生活における動作や身のこなしに関する課題、運動が得意な幼児の動きの傾向について調べるため、補助調査アンケートを実施し、分析した。

(1) 幼児が体を動かすための工夫（環境・遊び方など）

幼児が体を動かすための工夫について、以下の図にまとめた（図30、図31）。

<p>「環境の工夫」の主な取組例（下線部は、工夫の意図が記述されている箇所）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ <u>多様な動きを取り入れられるように</u>、障害物を置いて鬼遊びをしている。 ・ 陣地の置き場を工夫し、<u>様々な動きを楽しめるように</u>している。 ・ フープ、ボール、三角コーンなど身近な用具で<u>多様な動きを引き出すように</u>している。 ・ 鉄棒や大縄で遊ぶ場所の近くに、<u>様々な技、跳び方を示した</u>掲示物を用意している。 ・ 遊戯室を使い、広い場所で<u>様々な動きに挑戦できる</u>コースを作れるようにしている。 ・ 大型段ボール箱の活用により「<u>押す</u>」、「<u>積む</u>」など多様な動きを楽しみながら取り組めるよう、十分な広さの場を確保するとともに、大小様々な大きさの段ボール箱を用意している。 ・ 定期的に、運動遊びを全園児が取り組める機会を設けている（例：<u>ボール投げ、一本橋渡り、運動棒を使って両足跳び</u>など）。 ・ 登り棒や吊り輪といった元々ある固定遊具に、<u>時期によってロープを取り付け、ぶら下がりやロープ渡りができるように</u>する。
--

図30 「環境の工夫」の主な取組例

<p>「遊び方の工夫」の主な取組例（下線部は、工夫の意図が記述されている箇所）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 障害物は、川・木・ヘビ等イメージを<u>楽しみながら</u>取り組めるようにしている。 ・ <u>遊びが楽しい方向に進むよう</u>、学級でルールを相談して決め、「自分たちの遊び」となるようにしている。 ・ 友達と手をつなぎながら歩く、片足で歩くなど、幼児が考えた動きを認めたり、学級の中で紹介したりし、<u>様々な動きを楽しむことができるように</u>している。 ・ 幼児が普段なかなか<u>経験できない動きを引き出せるよう</u>、教師と一緒にコースを作り、様々な動き方（立って渡る、寝転んで渡る等）を知らせている。 ・ 日常的に経験しにくい動きを引き出すために、幼児に身近な生き物の動きに見立て、なりきることで<u>楽しく取り組めるように</u>している。 ・ 幼児の実態に合わせて、難易度の違うコースを設定したり、できるようになってきたら、コースをより難しくしたりして、<u>遊びへの興味が持続する</u>ようにしている。 ・ 芋ほり遠足後、芋役（マットにうつ伏せになる）と芋を抜く役（足を引っ張る）に分かれて、<u>それぞれの動きを楽しめるように</u>している。

図31 「遊び方の工夫」の主な取組例

その結果、各園では実態に合わせ、幼児が楽しんで遊んでいる中で、多様な動きを身に付けることができるよう、「環境の工夫」、「遊び方の工夫」等を行っていることが分かった（図30、図31）。

(2) 小学校との連携した取組例と成果

幼児の健康・体力づくりに関する小学校との連携については、「校庭や体育館を使用できる時間があるので、活用している。のぼり棒、ジャングルジムは小学校の遊具を使っている。」、「小学校の上層階にある体育館や屋上プール等の施設を活用し、鬼遊びや水遊び、運動遊びを十分に楽しめるようにしている。」など、校庭や体育館等の施設・設備を活用しているとの回答が多く見られた。また、「小学校の運動会にこども園の3・4・5歳児が参加する（かけっこ、リズム

ム表現)。「、『なかよしの日』という交流日があり、異年齢で高学年にやり方を教えてもらいながら、昔遊びを楽しんでいる。」、「隣接している小学校の様々な児童と体育の授業で交流している。」など、小学校の授業や行事に参加するとの回答も多く見られた。

小学校との連携の成果については、「運動が苦手だった幼児も思い切り体を動かす楽しさを味わうことができているとともに、体力が付いてきた。」、「広い校庭を走り回ったり、小学校にしかない遊具（雲梯、逆上がりの板、バスケットゴールなど）で遊んだり、思い切り体を動かして遊ぶ楽しさを感じている。」などの回答が見られ、小学校の施設を使うことにより幼児が伸び伸びと運動をしていることが分かった。また、「小学生の姿を見て、自分もやってみたいという気持ちをもったり、遊びの中で再現したりしていた。」、「交流で一緒に遊んだことを園でも再現して遊び、児童の動きをまねる姿があり、今までにあまり見られなかった動きを取り入れて遊ぶようになった。」といった回答が見られ、小学生と共に活動することが、多様な動きをするよいきっかけになっていることが分かった。

(3) 幼児の日常生活に必要な動作や身のこなし

幼児の日常生活に必要な動作や身のこなしなどについて、調査実施園で教員が感じていることを三つ以内で回答してもらい、次のグラフにまとめた（図32）。

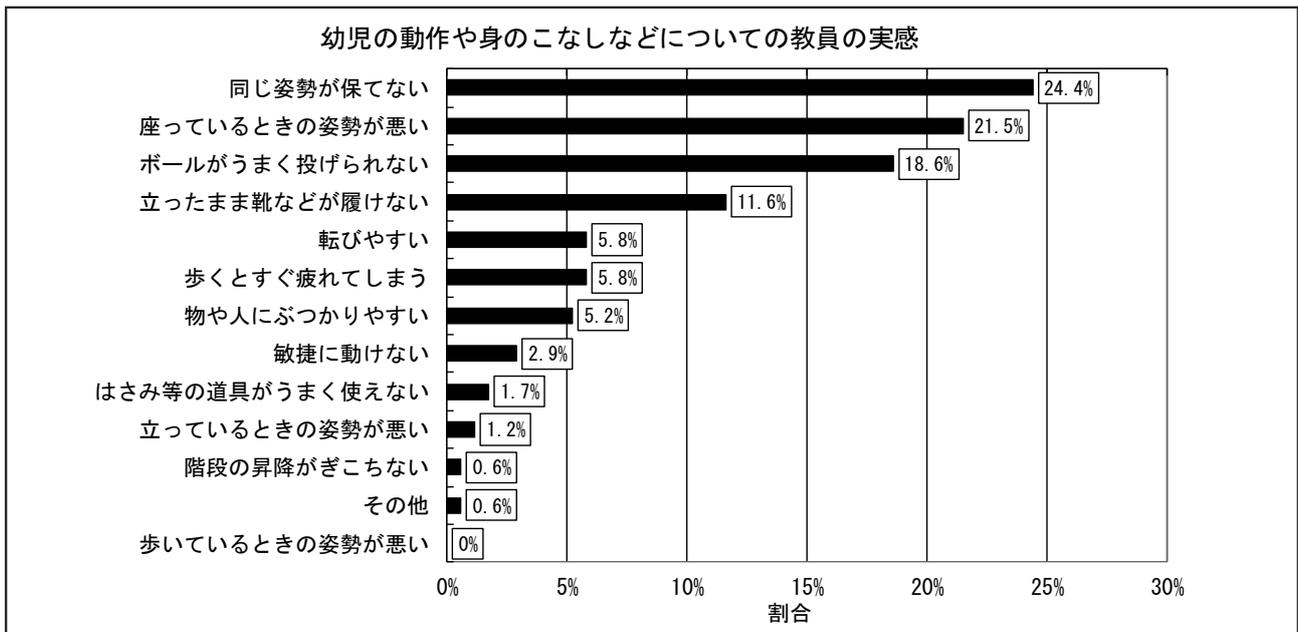


図32 幼児の日常生活に必要な動作や身のこなしについての教員の実感

教員の実感としては、「同じ姿勢が保てない(24.4%)」、「座っているときの姿勢が悪い(21.5%)」、「ボールがうまく投げられない(18.6%)」、「立ったまま靴などが履けない(11.6%)」など、姿勢やバランス感覚、ボール投げに関する部分について気になるとの回答が多かった。特に姿勢については、「立っているときの姿勢が悪い(1.2%)」、「歩いているときの姿勢が悪い(0%)」となっており、座っているときの姿勢と比較して悪いと感じている回答は少なかった。

(4) 幼児の動作や身のこなしで気になる点を改善するための工夫

前述の、幼児の動作や身のこなしで気になる点を改善するための工夫として、各園での主な取組は、以下のとおりであった（図33）。

<p>◆ 運動の機会を増やす取組</p> <ul style="list-style-type: none"> 園で3年間の「運動遊びの指導計画」を作成し、年齢に応じた運動遊びを経験させることで、体力の向上を推進している。 バランスをとり、体幹を鍛えるような遊びを取り入れている（トランポリン、バランスボール、縄ブランコ、二人組で様々な動きを楽しめるカードなど）。
<p>◆ 日常生活の取組</p> <ul style="list-style-type: none"> 登降園はなるべく歩いて来るように保護者にも伝え、日常の積み重ねの重要性を啓発している。 当番活動の中で、雑巾掛け当番を取り入れることで、普段使わない部分を日常的に使えるようにしている。
<p>◆ 姿勢に関する取組</p> <ul style="list-style-type: none"> よい姿勢とはどのような状態か、イラストや見本で示している。 分かりやすい言葉で姿勢を保っているか確認している（背中ピン、足はピタなど）。
<p>◆ 靴などを履くことに関する取組</p> <ul style="list-style-type: none"> 昇降口に置いてあったすのこを外し、靴の脱ぎ履きを立って行える環境に変えた。 日頃から、靴を立て履いたり脱いだりできるよう指導し、家庭への啓発も行っている。

図33 幼児の動作や身のこなしで気になる点を改善するための工夫

各園では、幼児の実態に応じて、運動の機会を意図的に増やす取組を年間指導計画に位置付けたり、日常生活の中で歩く機会を増やしたりと、活動の工夫を図っている。また、特に課題として多く挙げられていた、座っているときの姿勢や立ったまま靴などを履くことについては、改善につなげる手だてを多くの園で講じている。さらに、家庭と連携して取り組んでいる園もあった。

(5) 幼児が楽しんで体を動かしている遊びと動き

今回の調査では、各園において運動能力調査5種目の全ての結果が平均より上位に位置する幼児2名について、「楽しんで体を動かしている遊びの種類」を調べた。その中に含まれる「動き」を30種類に分類して集計した（図34）。

<p>《「動き」について》</p> <p>本調査における動きは、幼児が自ら選んだ遊びをしている様子を観察・調査した結果から、財団法人体育科学センターが提案した基本的動作及び、「平成17年度 日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 I 幼少期に身につけておくべき基本運動（基礎的動き）に関する研究」、NHK「からだであそぼ」において使用された基本動作のそれぞれを参考として作成した。</p>			
1. たつ・しゃがむ	2. おきる・ねる	3. まわる	4. ころがる
5. くむ・つまかさなる	6. わたる	7. ぶらさがる	8. のぼる
9. おりる	10. とびおりる	11. はう	12. あるく
13. はしる	14. とぶ・はねる	15. かわす	16. くぐる
17. もつ・はこぶ	18. おす	19. ひく	20. つかむ
21. なげる	22. うける・うけとめる	23. わたす	24. ふる
25. まわす	26. つむ・つみあげる	27. ころがす	28. ほる・けずる
29. うつ・たたく	30. ける		
<p>※ 動きの要素については、「はしる」「なげる」等、よく見られることが予想されるものを抽出したほか、「およぐ」「もぐる」等、特定の季節に影響される動作を省くなど、本調査の調査委員会で検討し、決定した。</p>			

図34 幼児が楽しんで体を動かしている遊びに含まれる「動き」の分類

動きの要素の出現頻度から作成した集計結果をグラフにまとめた（図35）。

この結果、相対的に頻度の高い動きの代表として「はしる」、「たつ・しゃがむ」、「かわす」、「あるく」、「とぶ・はねる」、「つかむ」、「なげる」、「うける・うけとめる」といった動きが見られた。一方、相対的に頻度の低い動きの代表として、「ころがる」、「はう」、「くむ・つまかさなる」、「うつ・たたく」、「ほる・けずる」、「おきる・ねる」といった動きが見られた。

このことから、運動能力が上位の幼児は、遊びの中で様々な動きを行っているものの、それぞれの動きの出現頻度は一様ではなく、経験の少ない動きも見られることが分かった。

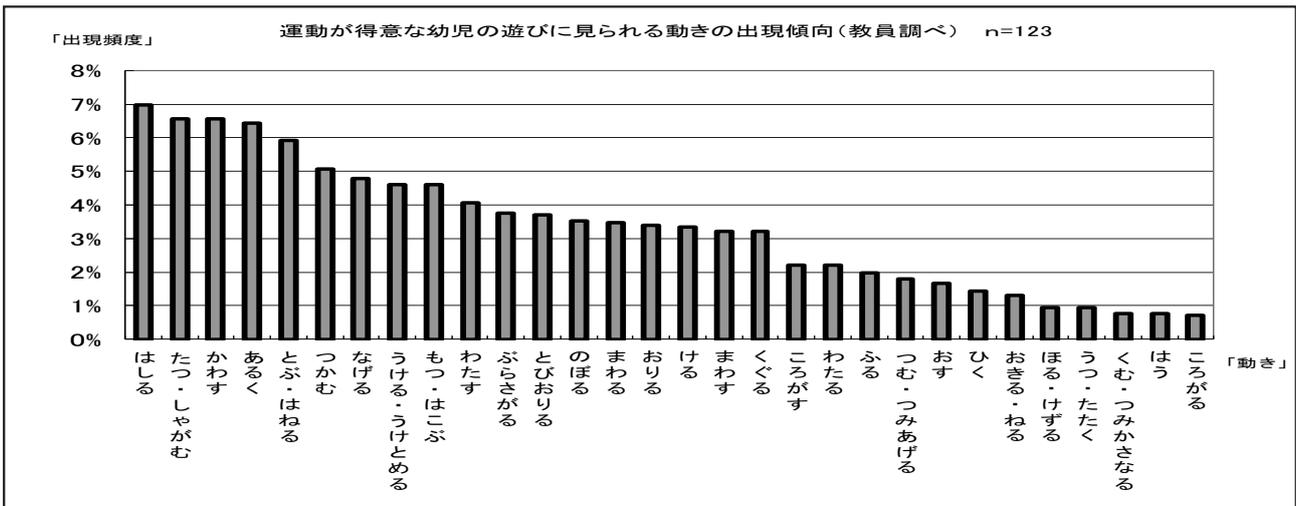


図 35 幼児が楽しんで体を動かしている遊びに含まれる「動き」の出現傾向

第 6 調査のまとめと今後の課題

1 調査のまとめ

幼児の運動能力については、種目別に見ると、下記の結果であった。

- 「25m走」は第 1 回調査からほぼ横ばいであり、大きな変化は見られない。
- 「ソフトボール投げ」については、男児は低下傾向で、女児はほぼ横ばいである。
- 「立ち幅跳び」及び「体支持持続時間」は、男女共に低下傾向が見られる。
- 「両足連続跳び越し」は、上昇と下降を繰り返している状況であるが、男児はほぼ横ばいで、女児は低下傾向が見られる。

2 幼児の運動能力向上に向けた指導・環境の工夫

(1) 幼児が楽しみながら体を動かす遊びの充実

「幼稚園教育要領」の領域「健康」には、内容を取り扱う際の留意事項として「様々な遊びの中で、幼児が興味や関心、能力に応じて全身を使って活動することにより、体を動かす楽しさを味わい、自分の体を大切にしようとする気持ちが育つようにすること。その際、多様な動きを経験する中で体の動きを調整するようにすること。」と示され、いろいろな遊びの中で十分に体を動かすことや多様な動きを経験することが求められている。また、「幼児期運動指針」には、幼児期における運動のポイントとして、①多様な動きを経験できるように様々な遊びを取り入れること、②楽しく体を動かす時間を確保すること、③発達の特性に応じた遊びを提供することの 3 点を示している。

幼児が楽しみながら体を動かす遊びの充実に向けて、教師が経験の少ない動きを把握し、環境の構成や遊びの工夫、必要な援助等を行うことで、多様な動きを身に付けさせていく必要がある。

(2) 遊びや生活の中に、多様な動きを取り入れる

多様な動きを経験するための一例として、今回、運動が得意な幼児の遊びにおいて相対的に出現頻度の低い動きであった「ころがる」、「はう」といった動きを取り入れるための工夫について紹介する。

[例] 「ころがる」、「はう」といった動きを取り入れるための工夫

出現頻度が低い動きを取り入れるためには、幼児が楽しく遊んでいる中で、多様な動きを身に付けていくことができるようにしていくことが大切である。

例えば、変身鬼ごっこなどの遊びをしている際に、「さあ、トカゲさんになって鬼ごっこをしてみましょう。」「おなかを床に付けていてトカゲさんそっくりに動けていてよいですね。」などと言葉掛けをすることで「はう」動きを取り入れた遊びを楽しむことができる。

また、自由遊びをしている幼児がござなどを自由に使えるような場を設定すると、築山にござを敷いて「ころがる」動きを取り入れた遊びを楽しむことができる。環境の構成を工夫することで、幼児の自由な発想を基に多様な動きを経験することができる。

このように、教員が幼児の経験の少ない動きを把握し、環境の構成や遊びの工夫、必要な援助をすることで、幼児が楽しく体を動かして遊んでいる中で、多様な動きを身に付けることができるようにしていく必要がある。

3 今後の課題

(1) 幼児の運動能力の継続的な把握と分析

第1回調査と比較すると、運動能力は依然として低位で推移している。今後も継続して調査して、原因の分析と対策を立てていかなければならない。調査の中で「立ち幅跳び」は、男女共に前回調査より数値が上昇している。近年の運動能力向上に向けた各園での取組の成果が現れている種目であるので、各園における取組を啓発・推進していくことが重要である。また、この変化が継続的なものであるかを今後も検証していくことが必要である。

(2) 本調査の普及・啓発に向けて

本調査においては、動きの要素を30種類に分類し、幼児が楽しんで体を動かしている遊びの傾向を捉えて継続して分析している。前回の調査では、「体支持や逆さ感覚を取り入れるための工夫」として、教員が幼児の経験の少ない動きを把握し、それに合わせてルールを工夫したり、遊具や用具を組み合わせたりすることで、その動きを経験させていく取組を紹介した。各園では、幼児の実態や園の環境に応じて様々な工夫や効果的な取組が行われているが、今後広く東京都全体で共有していくことが課題である。

本調査の成果が都内全公立幼稚園・こども園に広く普及し、効果的な取組事例に基づく幼児教育の更なる充実が図られる一助となるためには、調査結果の分析だけでなく、遊び・運動と運動能力との関係性について、動きの要素に基づく分析を更に深めていく必要がある。

また、「幼稚園教育要領」(平成29年3月)において、『『幼児期の終わりまでに育ってほしい姿』について、小学校教員と共有化を図ること。』と示されており、幼児教育と小学校教育との接続・連携の一層の強化が図られることが期待されている。

本調査を基に、各園及び連携小学校との間で、幼児・児童の運動能力及び遊び・運動についての援助・指導の実態について情報共有が図られるとともに、カリキュラム・マネジメントの考え方に基づいた教育課程の改善及び幼小9年間を見通した幼児教育の更なる充実に資するよう、今後も提言していく。

研究主題

第14回 東京都公立幼稚園・こども園5歳児の運動能力に関する調査
資料編

目次

○ 参考資料(1)「種目別調査結果の推移」	92
○ 参考資料(2)「運動能力測定の方法について」	95
○ 参考資料(3)「補助調査アンケート」	100

○ 参考資料(1)「種目別調査結果の推移」

① 25m走・平均値等推移

年度	性別	項目	年齢区分A(5歳6か月～5歳11か月)					年齢区分B(6歳0か月～6歳5か月)					全 体		
			平均(秒)	標準偏差	変動係数	最高値(秒)	最低値(秒)	平均(秒)	標準偏差	変動係数	最高値(秒)	最低値(秒)	平均(秒)	標準偏差	変動係数
昭和55年度	男 児		6.3	0.5	7.9	5.1	8.4	6.1	0.6	9.8	4.9	8.4	6.2	0.6	9.7
	女 児		6.5	0.6	9.2	5.4	10.9	6.3	0.5	7.9	5.0	9.6	6.4	0.6	9.4
昭和58年度	男 児		6.3	0.6	9.5	5.0	10.5	6.1	0.5	8.2	4.5	10.4	6.2	0.6	9.7
	女 児		6.5	0.5	9.2	5.0	12.6	6.3	0.5	7.9	5.0	9.5	6.4	0.6	9.4
昭和61年度	男 児		6.3	0.5	7.9	4.6	9.3	6.1	0.5	8.2	4.7	8.1	6.2	0.5	8.1
	女 児		6.5	0.6	9.2	4.5	9.4	6.3	0.5	7.9	3.7	11.1	6.4	0.6	9.4
平成元年度	男 児		6.4	0.8	12.2	5.0	17.0	6.1	0.6	9.0	4.2	8.0	6.2	0.7	11.3
	女 児		6.5	0.6	9.6	4.9	9.1	6.3	0.6	9.3	4.8	13.2	6.4	0.6	9.4
平成4年度	男 児		6.3	0.6	9.1	4.4	9.6	6.1	0.5	8.8	4.0	8.8	6.2	1.6	9.7
	女 児		6.5	0.5	8.4	5.1	9.0	6.3	0.5	8.0	5.2	9.0	6.4	0.5	7.8
平成7年度	男 児		6.3	0.5	7.9	5.1	9.0	6.2	0.5	8.1	4.5	10.5	6.2	0.6	9.7
	女 児		6.5	0.6	9.2	4.8	8.9	6.3	0.5	7.9	4.8	8.6	6.4	0.5	7.8
平成10年度	男 児		6.5	0.7	10.8	4.8	11.1	6.3	0.7	11.1	5.0	12.6	6.4	0.7	10.9
	女 児		6.6	0.7	10.6	5.3	10.4	6.5	0.6	9.2	5.0	10.3	6.5	0.6	9.2
平成13年度	男 児		6.5	0.7	10.7	5.0	11.0	6.2	0.6	9.5	4.6	10.5	6.4	0.7	10.3
	女 児		6.6	0.6	8.9	5.2	8.7	6.5	1.0	14.7	4.6	21.0	6.5	0.8	12.7
平成16年度	男 児		6.5	0.8	12.5	5.1	12.4	6.2	0.7	10.6	4.1	12.7	6.3	0.7	11.7
	女 児		6.6	1.0	14.7	5.2	23.3	6.3	0.6	9.1	4.9	12.0	6.4	0.6	12.0
平成19年度	男 児		6.5	1.0	15.6	4.1	19.2	6.2	0.6	10.4	5.0	11.8	6.3	0.8	13.2
	女 児		6.5	0.6	8.6	5.4	9.0	6.4	0.6	9.9	5.1	10.5	6.4	0.6	9.4
平成22年度	男 児		6.5	1.9	29.8	5.0	43.0	6.2	0.8	12.9	5.0	16.0	6.3	1.4	21.6
	女 児		6.6	0.6	9.3	5.4	10.8	6.4	0.6	9.4	5.0	11.7	6.5	0.6	9.4
平成25年度	男 児		6.4	0.7	11.0	4.7	12.5	6.2	0.7	10.5	4.9	12.5	6.3	0.7	10.8
	女 児		6.5	0.8	11.5	5.3	15.8	6.3	0.6	9.9	5.0	13.4	6.4	0.7	10.7
平成28年度	男 児		6.6	1.0	14.9	5.0	15.2	6.3	0.8	12.4	4.8	10.8	6.4	0.9	13.6
	女 児		6.6	0.7	10.4	5.0	12.3	6.4	0.6	9.9	4.7	10.6	6.5	0.7	10.2
平成31年度	男 児		6.4	0.7	10.8	4.9	9.4	6.1	0.7	11.2	3.8	10.8	6.2	0.7	11.2
	女 児		6.6	0.7	11.0	4.3	9.5	6.3	0.6	9.9	4.5	9.9	6.4	0.7	10.5

② 立ち幅跳び・平均値等推移

年度	性別	項目	年齢区分A(5歳6か月～5歳11か月)					年齢区分B(6歳0か月～6歳5か月)					全 体		
			平均(cm)	標準偏差	変動係数	最高値(cm)	最低値(cm)	平均(cm)	標準偏差	変動係数	最高値(cm)	最低値(cm)	平均(cm)	標準偏差	変動係数
昭和55年度	男 児		108.1	16.5	15.3	152.0	50.0	114.8	17.5	15.2	160.0	54.0	112.2	17.4	15.5
	女 児		97.9	15.8	16.1	137.0	36.0	105.0	15.7	15.0	146.0	60.0	102.2	16.1	15.8
昭和58年度	男 児		109.8	17.4	15.8	159.0	20.0	117.3	16.8	14.3	180.0	34.0	113.7	17.5	15.4
	女 児		101.1	15.3	15.1	160.0	44.0	107.5	16.1	15.0	156.0	19.0	104.4	16.0	15.3
昭和61年度	男 児		109.4	16.6	15.2	154.0	48.0	116.4	17.3	14.9	170.0	38.0	113.5	17.4	15.3
	女 児		101.1	15.9	15.7	147.0	38.0	107.3	16.7	15.6	198.0	39.0	104.9	16.7	15.9
平成元年度	男 児		110.3	16.1	14.6	161.0	58.0	117.7	17.2	14.6	164.0	45.0	114.5	17.4	15.2
	女 児		10.0	16.7	16.7	148.0	35.0	106.2	16.2	15.3	150.0	52.0	103.8	16.8	16.2
平成4年度	男 児		108.4	17.2	15.9	152.0	57.0	116.5	17.5	15.1	171.0	62.0	113.2	17.7	15.6
	女 児		98.7	15.7	15.9	140.0	50.0	104.8	16.7	16.1	149.0	40.0	102.3	16.5	16.1
平成7年度	男 児		105.9	17.7	16.7	159.0	45.0	111.8	18.2	16.3	152.0	45.0	109.8	18.3	16.7
	女 児		96.1	17.7	18.4	138.0	15.0	101.3	16.9	16.7	148.0	38.0	99.6	17.2	17.3
平成10年度	男 児		105.4	18.9	17.9	155.0	30.0	113.0	18.9	16.7	184.0	30.0	110.0	19.8	18.0
	女 児		93.9	17.2	18.3	143.0	10.0	98.7	18.7	18.9	141.0	6.0	97.1	18.3	18.8
平成13年度	男 児		103.2	18.3	17.7	147.0	29.0	110.6	19.2	17.3	158.0	5.0	107.5	19.1	17.8
	女 児		94.0	17.2	18.3	193.0	47.0	99.0	17.1	17.3	154.0	25.0	96.9	17.3	17.9
平成16年度	男 児		104.0	18.8	18.0	147.0	24.0	112.4	18.7	16.7	161.0	29.0	109.0	19.2	17.6
	女 児		95.3	15.7	16.5	139.0	40.0	102.2	15.2	14.9	140.0	30.0	99.4	15.8	15.9
平成19年度	男 児		103.1	19.4	18.8	158.0	10.0	110.5	19.8	17.9	162.0	31.0	107.5	20.0	18.6
	女 児		97.3	17.0	17.4	142.0	10.0	100.6	17.7	17.6	158.0	32.0	99.3	17.5	17.6
平成22年度	男 児		101.5	16.9	16.6	155.0	52.0	109.2	18.9	17.3	160.0	49.0	106.3	18.6	17.5
	女 児		93.9	17.0	18.1	139.0	20.0	100.1	16.7	16.7	150.0	36.0	97.6	17.1	17.5
平成25年度	男 児		101.9	21.8	21.3	152.0	19.0	106.2	21.6	20.4	172.0	19.0	104.5	21.8	20.8
	女 児		95.9	18.8	19.6	151.0	20.0	99.5	20.9	21.0	190.0	10.0	98.1	20.2	20.6
平成28年度	男 児		100.0	19.8	19.8	145.0	10.0	107.3	21.3	19.8	167.0	13.0	104.4	21.0	20.1
	女 児		94.6	17.9	18.9	145.0	9.0	100.6	17.2	17.1	157.0	47.0	98.1	17.8	18.1
平成31年度	男 児		103.5	19.1	18.4	155.0	26.0	108.5	19.6	18.1	165.0	13.0	106.6	19.6	18.3
	女 児		95.5	17.4	18.2	140.0	40.0	101.9	17.4	17.1	153.0	12.0	99.4	17.7	17.8

③ ソフトボール投げ・平均値等推移

年度	性別	年齢	年齢区分A(5歳6か月～5歳11か月)					年齢区分B(6歳0か月～6歳5か月)					全 体		
			平均 (m)	標準 偏差	変動 係数	最高値 (m)	最低値 (m)	平均 (m)	標準 偏差	変動 係数	最高値 (m)	最低値 (m)	平均 (m)	標準 偏差	変動 係数
昭和55年度	男 児		7.0	2.5	35.7	17.0	3.0	8.5	3.1	36.5	24.0	3.0	7.8	2.9	36.5
	女 児		4.4	1.4	31.8	11.0	1.0	5.1	1.6	31.4	13.0	2.0	4.8	1.6	31.4
昭和58年度	男 児		7.0	2.7	38.6	16.0	1.0	8.3	3.1	37.3	23.0	1.0	7.7	3.0	37.3
	女 児		4.4	1.5	34.1	13.0	1.0	5.1	1.7	33.3	14.0	1.0	4.8	1.6	33.3
昭和61年度	男 児		6.8	2.4	35.3	15.0	1.0	8.1	2.8	34.9	19.0	1.0	7.5	2.7	34.9
	女 児		4.5	1.5	33.9	13.0	1.0	5.2	1.6	31.2	13.0	1.0	4.9	1.6	31.2
平成元年度	男 児		6.5	2.4	36.2	15.0	1.0	7.8	2.8	35.6	17.0	1.0	7.3	2.7	35.6
	女 児		4.2	1.5	35.0	11.0	1.0	4.8	1.6	33.0	13.0	1.0	4.6	1.6	33.0
平成4年度	男 児		6.3	2.4	38.9	15.0	1.0	7.7	2.9	37.3	22.0	1.0	7.1	2.8	37.3
	女 児		4.1	1.4	34.2	10.0	1.0	4.9	1.7	34.3	12.0	1.0	4.6	1.6	34.3
平成7年度	男 児		5.9	2.2	37.3	13.0	1.0	6.7	2.6	38.8	17.0	2.0	6.5	2.5	38.8
	女 児		4.2	1.3	31.0	12.0	1.0	4.6	1.5	32.6	12.0	1.0	4.5	1.5	32.6
平成10年度	男 児		6.1	2.2	36.1	13.0	1.0	6.9	2.8	40.6	18.0	1.0	6.6	2.6	40.6
	女 児		4.2	1.4	35.0	12.0	1.0	4.5	1.6	35.6	11.0	1.0	4.3	1.6	35.6
平成13年度	男 児		5.7	2.4	41.8	18.0	2.0	6.8	2.8	40.7	17.0	1.0	6.3	2.7	42.3
	女 児		4.0	1.4	33.7	9.0	1.0	4.7	1.5	33.0	11.0	1.0	4.4	1.5	34.2
平成16年度	男 児		5.7	2.3	39.6	14.0	1.0	6.8	2.9	42.6	20.0	1.0	6.4	2.7	42.5
	女 児		4.0	1.5	36.7	10.0	0.0	4.5	1.4	31.8	9.0	1.0	4.3	1.5	34.5
平成19年度	男 児		5.7	2.6	45.9	17.0	1.0	6.7	2.7	40.8	18.0	1.0	6.3	2.7	43.0
	女 児		3.9	1.4	36.4	10.0	1.0	4.6	1.7	37.6	13.0	1.0	4.3	1.7	38.4
平成22年度	男 児		5.4	2.4	43.7	13.0	1.0	6.6	2.7	41.8	20.0	1.0	6.1	2.7	43.6
	女 児		3.9	1.4	36.8	10.0	0.0	4.5	1.6	34.7	10.0	1.0	4.3	1.5	36.0
平成25年度	男 児		5.6	2.7	48.3	36.0	1.0	6.1	2.5	40.7	14.0	1.0	5.9	2.6	43.9
	女 児		4.1	1.6	38.2	13.0	1.0	4.5	1.5	33.9	11.0	1.0	4.3	1.6	36.1
平成28年度	男 児		5.4	2.4	45.4	20.5	0.5	6.4	2.8	44.3	19.5	1.0	6.0	2.7	45.3
	女 児		3.9	1.3	34.5	8.0	1.0	4.4	1.5	32.9	9.5	1.0	4.2	1.4	34.1
平成31年度	男 児		5.3	2.3	43.6	19.0	0.5	6.2	2.8	45.8	25.5	1.0	5.9	2.7	45.7
	女 児		4.1	1.5	35.8	11.0	1.0	4.5	1.6	34.8	11.0	1.0	4.4	1.6	35.3

④ 体支持持続時間・平均値等推移

年度	性別	年齢	年齢区分A(5歳6か月～5歳11か月)					年齢区分B(6歳0か月～6歳5か月)					全 体		
			平均 (秒)	標準 偏差	変動 係数	最高値 (秒)	最低値 (秒)	平均 (秒)	標準 偏差	変動 係数	最高値 (秒)	最低値 (秒)	平均 (秒)	標準 偏差	変動 係数
昭和55年度	男 児		72.2	48.6	67.3	466.0	7.0	86.5	62.6	72.4	431.0	7.0	80.9	58.0	72.4
	女 児		70.0	44.6	63.7	304.0	2.0	85.9	55.1	64.1	480.0	5.0	79.7	51.8	64.1
昭和58年度	男 児		69.3	50.1	72.3	427.0	2.0	77.8	50.3	64.7	400.0	1.0	73.6	50.4	64.7
	女 児		66.8	45.5	68.1	439.0	2.0	78.0	52.5	67.3	654.0	2.0	72.6	49.6	67.3
昭和61年度	男 児		61.7	40.6	65.8	289.0	3.0	68.9	43.2	62.7	374.0	5.0	65.9	42.6	62.7
	女 児		62.6	39.7	63.5	300.0	3.0	70.4	43.9	62.3	340.0	2.0	67.4	42.5	62.3
平成元年度	男 児		54.1	36.5	67.5	328.0	4.0	62.6	45.0	71.8	497.0	3.0	59.4	41.7	71.8
	女 児		54.1	36.3	67.1	266.0	4.0	59.9	38.0	63.4	255.0	6.0	58.1	37.8	63.4
平成4年度	男 児		50.0	34.6	69.1	214.0	0.0	63.4	47.6	75.1	578.0	3.0	57.4	41.9	75.1
	女 児		47.6	33.5	70.5	314.0	1.0	62.5	60.8	97.4	525.0	3.0	56.8	50.5	97.4
平成7年度	男 児		50.8	31.0	61.0	175.0	2.0	57.3	37.9	66.4	301.0	3.0	56.1	36.3	66.4
	女 児		50.9	36.0	70.7	273.0	1.0	58.7	37.8	64.3	256.0	1.0	55.7	37.3	64.3
平成10年度	男 児		41.7	26.5	63.5	170.0	1.0	51.4	34.1	66.3	218.0	3.0	48.7	34.3	66.3
	女 児		43.7	29.2	66.8	167.0	1.0	51.2	38.9	76.0	276.0	1.0	49.0	35.3	76.0
平成13年度	男 児		47.2	42.5	90.1	513.0	1.0	55.0	39.5	71.7	329.0	1.0	51.8	40.9	79.0
	女 児		42.6	27.7	65.0	175.0	1.0	51.7	36.9	71.3	285.0	2.0	47.9	33.7	70.3
平成16年度	男 児		45.0	34.2	76.1	441.0	1.0	51.1	34.8	68.0	237.0	0.0	48.6	34.7	71.3
	女 児		44.9	34.4	76.6	343.0	2.0	52.4	36.6	69.8	293.0	3.0	49.4	35.9	72.6
平成19年度	男 児		40.3	31.7	78.7	378.0	1.0	50.9	36.4	71.4	295.0	1.0	46.6	34.9	74.9
	女 児		45.2	33.8	74.6	256.0	1.0	50.1	40.4	80.7	491.0	1.0	48.1	37.9	78.8
平成22年度	男 児		40.8	26.6	65.3	171.0	2.0	52.7	37.3	70.7	288.0	1.0	48.1	34.1	70.9
	女 児		42.0	30.2	71.9	277.0	1.0	52.5	37.9	72.3	250.0	1.0	48.2	35.3	73.3
平成25年度	男 児		44.9	34.6	77.1	295.0	2.0	50.8	40.5	79.7	330.0	1.0	48.4	38.3	79.2
	女 児		46.3	38.0	82.3	316.0	0.0	52.3	38.4	73.5	250.0	0.0	49.9	38.4	76.9
平成28年度	男 児		41.8	32.5	77.8	180.0	1.0	46.4	33.4	72.0	180.0	1.0	44.6	33.1	74.2
	女 児		40.4	30.9	76.6	180.0	1.0	51.0	37.3	73.1	180.0	1.0	46.5	35.1	75.5
平成31年度	男 児		38.3	31.0	80.9	190.0	1.0	46.2	33.1	71.7	285.0	1.0	43.3	32.6	75.2
	女 児		36.7	28.2	77.0	216.0	1.0	45.1	31.7	70.4	249.0	2.0	41.8	30.7	73.4

⑤ 両足連続跳び越し・平均値等推移

年度	性別	年齢 項目	年齢区分A(5歳6か月～5歳11か月)					年齢区分B(6歳0か月～6歳5か月)					全 体		
			平均 (秒)	標準 偏差	変動 係数	最高値 (秒)	最低値 (秒)	平均 (秒)	標準 偏差	変動 係数	最高値 (秒)	最低値 (秒)	平均 (秒)	標準 偏差	変動 係数
昭和55 年度	男 児		5.6	1.3	23.2	3.8	12.0	5.3	1.1	20.8	3.6	11.0	5.5	1.2	20.8
	女 児		5.4	1.1	20.4	3.6	12.5	5.2	0.9	17.3	3.7	13.1	5.3	1.0	17.3
昭和58 年度	男 児		5.5	1.4	25.5	2.5	16.6	5.2	1.0	19.2	3.4	12.6	5.4	1.2	19.2
	女 児		5.4	1.3	24.1	3.3	30.0	5.1	0.7	13.7	3.6	10.4	5.2	1.1	13.7
昭和61 年度	男 児		5.6	1.5	26.9	3.4	20.9	5.3	1.3	24.9	2.7	16.6	5.4	1.4	24.9
	女 児		5.6	1.5	26.3	3.5	17.2	5.3	1.2	22.7	3.2	16.2	5.4	1.3	22.7
平成元 年度	男 児		5.6	1.3	23.8	3.5	13.7	5.2	1.1	20.1	3.2	13.6	5.4	1.2	20.1
	女 児		5.5	1.1	20.2	3.5	14.5	5.3	0.9	17.7	3.3	13.9	5.4	1.0	17.7
平成4 年度	男 児		5.8	1.7	29.0	3.9	18.0	5.4	1.4	26.1	3.4	20.0	5.6	1.5	26.1
	女 児		5.7	1.4	24.4	3.8	14.1	5.4	1.2	22.7	3.4	15.0	5.5	1.3	22.7
平成7 年度	男 児		5.5	1.5	27.3	3.3	19.8	5.2	1.3	25.0	3.4	19.8	5.4	1.4	25.0
	女 児		5.5	1.2	21.8	3.5	15.0	5.3	1.0	18.9	3.4	13.2	5.4	1.1	18.9
平成10 年度	男 児		5.7	1.7	29.8	3.5	15.7	5.3	1.3	24.5	3.3	14.8	5.4	1.5	24.5
	女 児		5.7	1.6	28.1	3.7	18.5	5.5	1.3	23.6	3.0	16.0	5.5	1.4	23.6
平成13 年度	男 児		5.7	1.9	33.8	3.5	29.0	5.2	1.1	21.8	3.1	14.4	5.4	1.5	28.3
	女 児		5.7	1.6	28.8	3.7	23.7	5.5	1.7	30.4	3.2	30.9	5.6	1.7	29.6
平成16 年度	男 児		5.7	1.9	32.4	3.4	22.0	5.6	2.9	52.0	3.2	57.0	5.7	2.5	44.6
	女 児		5.7	1.3	23.1	3.8	14.1	5.4	1.0	18.6	3.4	12.4	5.5	1.1	20.8
平成19 年度	男 児		5.8	1.6	27.6	3.6	16.8	5.4	1.3	24.5	3.2	21.0	5.6	1.5	26.1
	女 児		5.6	1.2	21.0	3.7	13.3	5.4	1.2	22.0	3.5	17.3	5.5	1.2	21.6
平成22 年度	男 児		5.5	1.7	30.3	3.2	19.2	5.3	1.2	23.0	3.0	14.5	5.4	1.4	26.3
	女 児		5.6	1.3	22.5	3.7	17.7	5.3	1.3	24.8	2.9	23.2	5.4	1.3	24.1
平成25 年度	男 児		5.6	1.6	28.2	3.5	19.0	5.4	1.4	26.3	2.3	21.1	5.5	1.5	27.2
	女 児		5.6	1.3	23.2	3.2	14.3	5.5	1.3	24.1	3.6	16.6	5.5	1.3	23.7
平成28 年度	男 児		5.9	2.1	35.3	3.8	20.0	5.5	1.5	27.8	3.2	16.8	5.7	1.8	31.2
	女 児		5.9	2.1	35.3	3.5	25.7	5.5	1.4	25.1	3.1	17.2	5.7	1.7	30.1
平成31 年度	男 児		5.8	1.6	27.3	3.5	17.7	5.6	2.0	35.2	3.4	31.4	5.7	1.8	32.2
	女 児		6.2	2.9	47.7	3.6	44.4	5.6	1.4	25.0	3.7	22.1	5.8	2.2	37.1

○ 参考資料(2)「運動能力測定の方法について」

① 25m 走

II 運動能力に関する調査

(1) 各種目の調査方法

◎ 25m走 (敏捷性・瞬発力) ☆屋外で実施☆

Q 自国の園庭で30mの直線路がとれない時は?
 A 近隣幼稚園又は小学校等を使わせていただくなどとして、実施してください。

【準備】

① 30mの直線路を作り、25m地点に印をつけ旗(カラーコーン)を2本立てておく。
 コースは2〜3コース。コース幅は80cm前後。
 ※ コース幅は、およそで構いません。既にコースが引かれている園庭や小学校の校庭を利用する場合等、そのコース幅で結構です。

② ストップウォッチ(25m地点、測定用。必要個数)

③ 旗またはカラーコーン(25m地点、2本)

④ 小旗(スタート地点、出発合図用、1本)

※ 直径2〜3cmくらい、長さ50cmくらいの棒に25cm×25cmくらいの布地がついたもの。
 既製でも、手製でも構いません。およその目印となれば結構です。

⑤ ゴールテープ(30m地点、1本)

Q スタートの合図前に動いた時は?
 A スタートはさせずにやり直します。
 もし走り始めていたら、静止し、やり直すようにしてください。

【方法】

① スタートラインを踏まないようにして、両足を前後に開き、「用意」の姿勢をとらせる。
 ② 出発係は、スタートラインの3〜5m斜め前方に立つ。スタートの合図と同時に、小旗を下から上に素早く上げてスタートさせる。
 ③ ゴールテープを30m地点に張り、そこまで疾走させる。
 ④ 男児同士、女児同士、2〜3人ずつ走らせる。

Q コースをのみ出たり、途中で転んでしまったりした時は?
 A 記録に影響が生じる場合等、状況に応じてやり直すようにしてください。

【説明(例)】

① 線を踏まないようにして立ちます。
 ② 「ようい」と言ったら片方の足を後ろに引いて合図を待ちます。
 ③ 「どん」と言ったら、向こうのテープまで一生懸命に走りましょう。

【その他の注意】

① 励みとなるように、周りで応援させる。
 ② ゴール後の壁や人への衝突を防ぐなど、安全面を確認する。
 ③ スタートの補助について
 ・ スタートの合図前に走り始めてしまう子には、補助者は幼児の後ろに立ち、服の背中をつまみ、合図と同時にはなしてやる。
 ・ スタートの合図に気付かない子には、背中を軽く押してやってもよい。

【記録】

① 旗が上がってから、25m地点を通過するまでの時間(胸が通過した時点)を測る。
 ② 1/100秒は切り捨て、1/10秒の単位を記録とする。
 ③ 1回だけ行う。

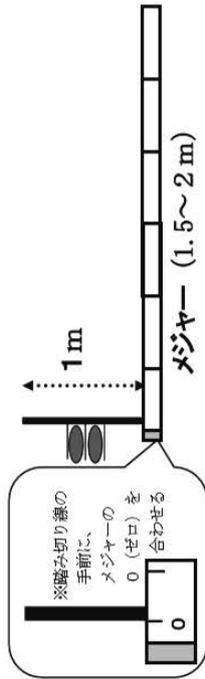
実施日 月 日 ~ 月 日			
25m走(秒)	立幅跳(cm)	ボール投(m)	体支持(秒)
6. 2	記録は1/10(10分の1)秒単位		
6. 2			

② 立ち幅跳び

④ 立ち幅跳び (瞬発力) ◆屋内で実施◆

【準備】

- ① メジャー (1.5～2 m)
- ② 床に幅2 cmの踏み切り線 (ビニールテープ) を1 mひく。
踏み切り線 (幅2 cm)
- ③ 踏み切り線に垂直にメジャーを張る。
- ④ 幼児はくつ下などを脱ぎ、はだしになる。
- ⑤ 踏み切り線には、10 cm間隔で足を置く場所をテープで示す。



【説明 (例)】

- ① この線 (踏み切り線) を踏まないようにして立ちます。
- ② 両手を振って、両足を一緒にしてできるだけ速くに跳びましょう。
- ③ このようになったら (二重踏み切りや、片足踏み切りの手本を示す) やり直します。

【その他の注意】

- ① ひざを曲げて両手を大きく後ろに振らせる。
- ② 踏み切りのとき、両手を大きく振り上げて反動を利用して跳ばせる。
- ③ 踏み切るタイミングが図れない子には、「1, 2, 3」「それ！」等と声をかけて励ます。
- ④ 着地のとき、自然に両手を前につかせる。

【方法】

- ① 踏み切り線を踏まないようにして、両足をわずかに離してテープの線内に立つ。
- ② 両足同時踏み切りで、できるだけ速くに跳ぶ。
- ③ 二重踏み切りや片足踏み切りをしないようにお手本を示す。
- ④ 二重踏み切りや片足踏み切りはやり直しをさせる。

Q 着地の際、後ろに手をついたり、おしりが濡いたりして、着地点が分からなくなったりした時は？
A 記録に影響が生じる場合等、状況に応じてやり直すようにしてください。

【記録】

- ① 着地点を確かめ、踏み切り線からの最短距離を測定する。
- ② cm (センチメートル) 単位で測定する。
- ③ 2回測定し、よい方を記録する。

実施日		月	日	月	日
25m走 (秒)	立幅跳 (cm)	ポール投 (m)	体支持 (秒)	連続跳 (秒)	
	1 m 54				
	124				記録は cm (センチメートル) 単位

③ ソフトボール投げ

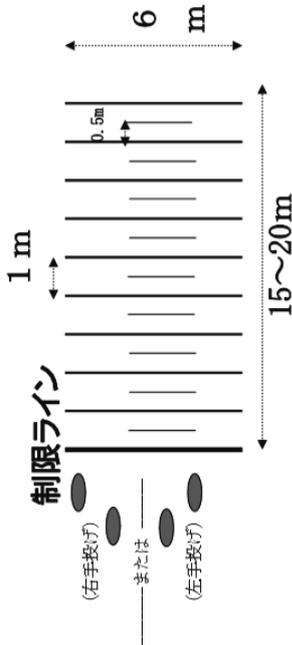
④ ソフトボール投げ (瞬発力・調整力) ☆屋外で実施☆

Q ソフトボールが園にない場合は?
 A 近隣幼稚園又は小学校等で借りるなどして、実施してください。

- 【準備】**
- ① ソフトボール教育 1 号 (周囲 26.2~27.2cm、重さ 13.6~14.6g) 2 個以上
 - ② メジャー
 - ③ 制限ラインから、1 m 間隔、幅 6 m の線を引き、(15~20m 程度)、間の 0.5m のところに印をつける。

- 【方法】**
- ① 投げる手と前足が逆になるように両足を前後に開き、前足が制限ラインを踏まないようにして立つ。(右手投げは、左足が前になるようにして立つ。)
 - ② 制限ラインを踏んだり踏み越したりすることなく、助走なしで、利き手での上手投げ (オーバースロー) で遠くに投げさせる。
 - ③ 投げるときに片足が上がってもかまわないが、制限ラインは踏んだり踏み越したりしないようにさせる。
 - ④ 落下地点が (一番遠い) 20m のラインを超えた場合は、メジャーを使って測る。
 - ⑤ ボールの落下地点が 6 m 幅のラインから外れた場合は、やり直しをさせる。

Q 投球の際、ボールを後ろに落としたり、すぐ近くの地面にたたきつけるようにしたりした時は?
 A 記録に影響が生じたと考えられる場合等、状況に応じてやり直すようにしてください。



- 【説明 (例)】**
- ① 線を踏まないようにします。
 - ② ボールを持っている手と反対の足を前に出します。
 - ③ そして、できるだけ高く遠くへ、上から投げましょう。

- 【その他の注意】**
- ① ボールをしっかりにぎり、手を大きく振るように投げさせる。
 - ② 足の開き方がどうしても平行になったり、逆になったりしても、無理に直す必要はない。
 - ③ 待っている子の位置を投げる方向と反対側にするなど、安全面を確認する。

- 【記録】**
- ① 落下地点を確かめ、制限ラインからの最短距離を測定する。
 - ② 0.5m (50cm) 単位で測定する。(0.5m 未満は切り捨てる)
 ※ 7m と 7.5m の間に落下した場合、記録は 7m (A)
 ※ 7.5m と 8m の間に落下した場合、記録は 7.5m (B)
 ※ 2 回測定し、よい方を記録する。記録は、m (メートル) で記入する。

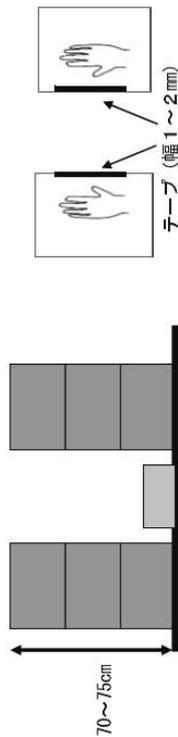
実施日 月 日 ~ 月 日			
25m 走 (秒)	立幅跳 (cm)	ボール投 (m)	連続跳 (秒)
		7.5	
0.5m (50cm) 単位で測定し、記録は m (メートル) で記入する。			

④ 体支持持続時間

⑤ 体支持持続時間（筋力・持久力） ◆屋内または屋外で実施◆

【準備】

- ① 幼児が立って、腕を体に沿って下げて下げたときに、肘の高さ（およそ70～75cm）くらいの机（または巧技台）2台を、肩幅（およそ30～35cm）くらいの間隔を開けて置く。
- ② [図]のように、机（または巧技台）の端から1～2mm出るようにテープを貼る。この線から手が出ないようにする。（親指を机の端にひっかけるように置かない）
- ③ 机（または巧技台）に手を置いたときに、「用意」の姿勢がとれるような高さの足をおく
- ④ ストップウォッチ（必要個数）



【方法】

- ① 机と机の間に立たせる。必要に応じて、適当な高さの台の上に立たせる。
- ② 「用意」の合図で、両腕を曲げ、両手をそれぞれの机の上におく。
- ③ 「始め」の合図で、両腕を伸ばして、両足を床（または台）から離す。
- ④ 両腕で体重を支えられなくなるまで続ける。
- ⑤ 次の場合は終了であることをお手本で示す。
 - ・腕が曲がって体を支えられなくなったとき。
 - ・手のひら以外の体の一部分が机や床に触れたとき。

Q 複数の幼児を測定することはできるか？

A 測定時間等、園の事情によっては実施可能です。ただし、幼児の体格に合わせて台を準備し、競争にならないよう、場所を離したり、計測のスタートをずらしたりするなどして、適切に測定できるように御配慮ください。

【説明（例）】

- ① 最初に台の上に乗って、「よいい」の合図で両腕を曲げ、両手を机の端の所に置きます。
- ② 「はじめ」の合図で両腕を伸ばして、足を床から離します。
- ③ そのままできるだけ長い間手で体を支えましょう。まわりの人は応援しましょう。ただし、数をかぞえたりしてはいけません。
- ④ 足が床に着いたとき、腕が曲がって体を支えられなくなったり、手のひら以外の体の一部分が机や床に触れたとき、終わりになります。

【その他の注意】

- ① 励ましの声をかけて、できるだけがんばらせろ。
- ② 応援は計時の妨げにならないようにする。
- ③ ストップウォッチを幼児に見せない。また、「1、2、3…」のように数をかぞえない。
- ④ 体が揺れる場合には、腰のあたりを軽く押さえて揺れを止めてやる。

【記録】

- ① 足が床（または台）から離れてから、再び着くまで（腕が曲がって体を支えられなくなったり、手のひら以外の体の一部分が机や床に触れたときも含む）の時間を測定する。
- ② 秒単位で測定する。（秒未満は切り捨て）
- ③ 1回だけ行う。

実施日	月	日	月	日
25m走（秒）	立幅跳（cm）	ポール投（m）	体支持（秒）	連続跳（秒）
			1分12秒	
			72	記録は秒単位
			72	

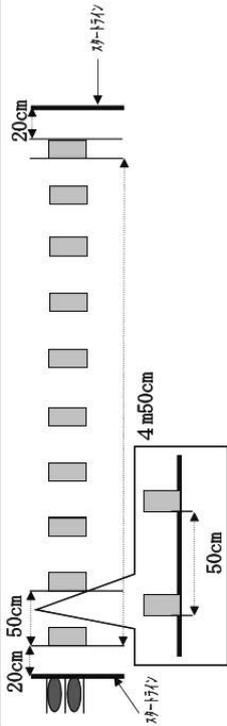
⑤ 両足連続跳び越し

④ 両足連続跳び越し (調整力・敏捷性) ◆屋内または屋外で実施◆

Q 適当な大きさの積み木がない時は?
A 規定の大きさであれば、段ボール箱などの代用品でも構いません。

【準備】

- ① メジャー
- ② 積み木 (おおよそ縦 5 cm × 横 10 cm × 高さ 5 cm) 10 個
- ③ 屋内の床に 4 m 50 cm の距離をとり、50 cm ごとにビニールテープ (又は白線等) で印をつけ、10 個の積み木を並べる。
- ④ ストップウォッチ (必要個数)



【方法】

- ① 最初の積み木の前に立たせる。
- ② 「始め」の合図で 10 個の積み木を一つ一つ正確にかつ迅速に連続して跳び越させる。
- ③ 次の場合は、失敗であることをお手本で示す。
・両足を揃えて跳ばないとき。

・積み木を 2 個以上一度に跳び越したとき。

・積み木の上に乗ったり、蹴飛ばしたりして散らかしたとき。

Q 決められた跳び方と異なる方法で跳んだり、積み木がたくさん散乱して、続けられなくなったりした時は?
A 記録に影響が生じたと考えられる場合等、状況に応じてやり直すようにしてください。

【説明 (例)】

- ① 両足をそろえて立ちましょ。
- ② 積み木を 1 つずつ、お休みなしで、次々と跳び越しましょう。
- ③ 片足で跳び越さず、両足で跳び越しましょう。
- ④ 2 つ一緒に跳び越してはいけません。1 つずつ跳び越しましょう。
- ⑤ 積み木の上に乗ったり、蹴飛ばしたりしないようにしましょう。

【その他の注意】

- ① 速さだけを強調せず、一つずつきちんと跳び越すことを強調する。
- ② 両足が少し離れている (積み木の幅) 程度はよいが、大きく離れたり、バラバラになったりした場合には、やり直しをさせる。
- ③ 「お休みなしで跳ぶ」「うさぎさんのように跳ぶ」などの表現でお手本を示してもよい。
- ④ 計測する際には、幼児の横について行うと励みになる。

【記録】

- ① 「始め」の合図から、失敗せずに 10 個の積み木を跳び終わるまでの時間を測る。
- ② 1 / 100 秒は切り捨て、1 / 10 秒の単位を記録とする。
- ③ 2 回行い、よい方を記録とする。(2 回続けて計測可。(2 回目は反対方向から行うとよい))

実施日 月 日 ~ 月 日			
25m走 (秒)	立幅跳 (cm)	ボール投 (m)	体支持 (秒)
記録は 1 / 10 (10 分の 1) 秒単位			
			連続跳 (秒)
			15.28
			15.2

○ 参考資料(3)「補助調査アンケート」

資料5
回答日 令和元年 月 日

東京都公立幼稚園・こども園5歳児の運動能力に関する調査

補助調査アンケート

園名 立 園 園庭名

このアンケートは、5歳児の運動能力調査実施と同時に、以下の目的で各園より御提出いただきました。お手数をお掛けしますが、よろしくお願ひします。

【目的】
幼児が楽しんで体を動かしている遊びや幼稚園で工夫している遊び、健康・体力づくりについて小学校と連携した取組等の補助調査を行い、効果的な取組事例に関する資料を作成・提供する。

※ 「動き」について
本調査における動きは、幼児の自由遊びを観察・調査した結果から、財団法人体育科学センターが提案した基本動作及び「平成17年度 日本体育協会スポーツ医・科学研究所報告Ⅰ 幼少期に身につけておくべき基本運動（運動補助）」に関する研究、NHK「からだであそぼ」において使用された基本動作のそれぞれを参考に作成した。

◎質問の5歳児について、以下の質問にご回答ください。
1 今回の調査において運動能力調査5種目の全ての結果が、平均より上位に位置する園児2名の傾向について御記入下さい。

※ 御記入いただく対象の園児は、運動能力調査を実施していただき、記録を電子データで入力していただく、候補となる園児が表示されますので、その中から抽出してください。
※ 対象となる園児がない場合は、記入の必要はありません。
※ 原則として、性別の異なる園児1名ずつを抽出してください。（難しい場合は、園児の性別は同じでも可）
※ それぞれの項目は、担当が把握している範囲で御記入ください。不明の点は空欄で構いません。

項目	傾向	
対象園児の年齢	()歳 ()月	性別 ()月 性別 ()
園児が楽しんで体を動かしている遊び		
上記の遊びで見られる動き (複数回答可) ※1～30より選択		

- (動き)
1. たつ・しゃがむ
 2. おきる・ねる
 3. まわる
 4. こるがる
 5. くむ・つみかきとなる
 6. おたる
 7. ふらさがる
 8. のぼる
 9. おりる
 10. とひおきる
 11. はう
 12. あるく
 13. はしる
 14. とぶ・はねる
 15. くぐる
 16. おす
 17. もつ・はこぶ
 18. おす
 19. ひく
 20. つかむ
 21. ひねる
 22. うける・うけとめる
 23. わたす
 24. ひねる
 25. まわす
 26. つむ・つみあげる
 27. こらがす
 28. ほる・けずる
 29. うつ・たく
 30. ける

2 貴園で、園児が体を動かすことを楽しむために工夫をしている遊びがありましたら、2つ以内でその内容を御記入ください。

遊び	含まれている動き (複数回答可)	環境の工夫 (壁、遊具、用具等の工夫)	遊び方の工夫 (歌、リズム、ルール等の工夫)	その他の工夫

(動きは、1の項目と同じ番号でお答えください。)

3 「園児の日常生活に必要な動作や身のこなしなど」について、下記のよう感じられる事例がありましたら3つ以内で○をつけてください。(5歳児の全体的な印象でお答えください。)

- () 転びやすい
- () 階段の昇降がぎこちない
- () 立ったまま靴などがはけない
- () 物や人にぶつかりやすい
- () はさみ等の道具がうまく使えない
- () 同じ姿勢が保てない
- () 歩くときすぐ疲れてしまう
- () 立っているときの姿勢が悪い
- () ボールがうまく投げられない
- () 座っているときの姿勢が悪い
- () 敏捷に動けない
- () 歩いているときの姿勢が悪い
- () その他 ()

4 3で回答した事例を解決するために、貴園で工夫されていることがあれば、御記入ください。

園で工夫している具体的な取組

5 園児の健康増進・体力づくり等について小学校と連携して取り組み、成果をあげている事例があれば、御記入ください。

取組事例 (指導・援助の工夫等を含む)	成 果

6 その他、園児の健康増進・体力づくりや本調査についての御意見があれば御記入ください。

--

★御協力ありがとうございました。運動能力調査とともに、12月2日(月)までにご回答ください。