

運動能力測定

令和7年5月 香芝市立旭ヶ丘幼稚園

奈良県の5歳児を対象に、運動能力を測定する取組に参加しています。幼児期に楽しく運動することで、脳や神経などに刺激を与え健全な心身の発達につながります。また、体の諸機能を自分が思うように調整・操作する力や自分の能力を十分に発揮する力を育てていくことに繋がると考えられます。

今年度、5歳児は旭ヶ丘小学校の体力測定の様子を見学し実際に小学校で幅跳びも体験させていただきました。園に戻ってから「お兄さんお姉さんってすごかった！ぼくたち・わたしたちもやってみる！」と運動能力測定にチャレンジしていました。

すごいジャンプ！
「幅跳び」ってこんな風にするんだね！



ぼくたちも体験させてもらったよ！



腕を大きく振ってジャンプするんだね！



新聞紙のボールを自分たちで作って…



幼稚園で幅跳びに挑戦！



事務員の丸山さんにもボール投げの方法を教えてもらったよ



どこまで飛ぶかな？



投げて遊んでいるよ



25メートル走
全力で走るよ！



頑張れ！
頑張れ！！



両足を閉じて続けて10回ジャンプ！



25m走、ボール投げ、両足連続跳び、幅跳びを行いました。自分たちで新聞紙ボールをつくってボール投げにチャレンジしたり、足の間にボールを挟んでジャンプをしたり、測定するためだけでなく、遊びの中で楽しんで体を動かす姿が見られます。また、友達の頑張りを応援したり認めたりする姿は「さすが年長さん」だなと感じます。これからも楽しみながらいろいろな運動遊びをできるように遊びの中で工夫していきたいと考えています。