

07-28-西体-13

幼児の基本的な生活習慣獲得の実態と領域別獲得状況の検討
 ○中野貴博（名古屋学院大学）、春日晃章（岐阜大学）、村瀬智彦（愛知大学）

[目的] 子ども達がより早い時期から基本的な生活習慣を獲得することの重要性は疑う余地がない。基本的な生活習慣の獲得は当初は管理的に体得させる部分が多いが、一方で幼児期においても徐々に指導的に習慣を確立させていくことが必要である。そこで、本研究では、幼児期の子どもを対象として基本的な生活習慣獲得の実態と領域別獲得状況の検討することで、幼児期から取り組むべき生活習慣獲得の指針を示すことを目的とした。[方法] 幼児641名を対象に生活習慣に関連するアンケート調査を実施した。調査項目は子どもたちの基本的な生活習慣、運動習慣、生活行動、自立、性格、心身の状態などであった。各調査領域別に項目分析および得点化を実施し、幼児の基本的な生活習慣獲得の実態と領域別獲得状況の検討および幼児期から取り組むべき生活習慣獲得の指針について考察を行った。[結果] 領域別の幼児の基本的な生活習慣獲得状況が示された。これにより幼児期から積極的に獲得に取り組むべき生活習慣と幼児期においては管理的に実施させるべき生活習慣とを区別して明示することができ、幼児期の生活習慣獲得の指針を示すことができた。

07-28-西体-14

幼児における左右連続跳躍の安定性に影響する要因
 ○大恵愛実、飯嶋裕美、木塚朝博（筑波大学）

幼児の運動能力の評価はタイムや距離で行われている。しかし、子どもが自らの身体をコントロールする能力はタイムや距離だけでは評価できない。そこで本研究は、幼児の左右連続跳躍課題を用いて跳躍の安定性に着目し、幼児の身体コントロール能力を評価することを目的とする。対象者は、4歳児（32名）、5歳児（28名）の計60名とした。課題は、中心距離が50cmとなるように配置した直径30cmの2つの円内に着地しながら左右へ連続して跳躍するという動作である。接地面は床面上と不安定面上を設定し、跳躍動作は5往復を1試行としてデジタルビデオカメラにて撮影した。撮影した画像はMotion Adviser（asics社製）を用いてコマ送り再生し、動作を観察した。動作の安定性は、一往復ごとの接地距離、接地時間のばらつきから評価した。その結果、接地距離のばらつきにおいて明確な年齢差は認められなかったが、接地時間のばらつきにおいては4歳児よりも5歳児の方が有意に低いばらつきを示した。また、接地局面の動作の安定性にも年齢による違いが観察された。これらのことから、身体コントロール能力に影響する要因は接地局面に着目することでより詳細に評価できることが示唆された。

07-28-西体-15

幼児期における肥満予防をねらいとした運動プログラムの開発
 ○三本木温、三島隆章（八戸大学人間健康学部）、岩館千歩（八戸短期大学幼児保育学科）

青森県健康福祉部による「こどもの健康づくり支援事業」の一環として、子どもの肥満予防を目的とした運動プログラムを作成した。運動プログラムは、個人の運動能力に左右されず、また、特別な器具などを必要とせず簡単に実施できること等に留意しつつ、全身の筋群を動員できるような動作を5種類選定した。また青森県内の幼稚園、保育所に通う5歳児を対象として、上記の運動プログラムを1日に各10～15回、週2～3回、3ヶ月間実施した。さらに運動プログラムを実施するグループ（介入群、男女29名）と、実施しないグループ（非介入群、男女12名）に分けて、実施前と実施後に6項目の体力測定を行った。その結果、介入群では、反復横跳びと長座体前屈の成績が有意に向上したのに対して、非介入群では20m走の成績が有意に低下した。これらの結果から、本研究において開発した運動プログラムが、幼児の体力面に良い影響を与えることが示唆された。