

キーノートレクチャー | 専門領域別 | 発育発達

発育発達／キーノートレクチャー／短時間のコーディネーションプログラム導入における子どもへの効果ードラウタビリティに着目してー

司会：中西 純（中京大学）

2022年9月2日(金) 10:50 ～ 11:50 第5会場 (2号館4階4E教室)

[07発-レクチャー-1]短時間のコーディネーションプログラム導入における子どもへの効果

ドラウタビリティに着目して

*安光 達雄¹ (1. PCY, Ltd.)

<演者略歴>

スポーツ健康科学者，博士（スポーツ健康科学）

PCY, Ltd. 代表取締役，ドラウタビリティ協会会長

NPO法人日本スタビライゼーション協会理事長

子どもの体力向上プログラムに関する研究が多くされている中で、私達は短時間のコーディネーションプログラムとしてドラウタビリティに着目し、その運動プログラムの効果を検証してきた。ドラウタビリティは、自分自身が本来持っている身体能力を引き出すプログラムで Draw out ability からきた造語である。業間中休みを使用して8～9歳の児童を対象に10分間のプログラム介入をしてプログラムの前後に反復横とびを計測し介入・非介入群を比較検証した結果、介入群は得点が有意に上昇した。同様に追試研究した結果、介入群は有意な差を示した。7～8歳の児童を対象に介入・非介入の2群に分けてプログラム前後の反復横とび得点と児童の保健室利用にも焦点を当て検証した結果、介入群の反復横とび得点が有意に向上し、保健室利用が有意に減少した。2種類の異なる運動プログラムを用いて9～10歳の児童の短期間での運動技能得点推移を検証した結果、反復横とびと立ち幅とびとでは得点推移が異なった。最近の研究では、認知機能向上プログラムとして評価検証を行っている。本講演では、これまで検証してきた研究データとその内容を説明し、短時間運動プログラムの効果について解説する。