

Q：体力・運動能力測定の実施にあたって、注意すべきことはありますか？

A：体力測定の実施にあたっては、①対象児の健康状態を十分に把握し、事故防止に万全の注意を払うことです。医師から運動を禁止、または制限されている幼児や、当日、身体の異常（発熱、倦怠感など）を訴える幼児には行わないようにします。②体力測定は、定められた方法で、正確に行うこと。年少組の場合は、あらかじめ体力測定運動を、あそびとして慣らしておくことが望ましいです。③体力測定前後には、適切な準備運動や整理運動を行うこと。④測定場の整備、器材の点検を行うこと。⑤計器（握力計、ストップウォッチ等）は、正確なものを使用し、その使用を誤らないようにすること。すべての計器は、使用前に点検しておくことが重要です。

（前橋 明）

子どもの健康福祉研究所