

＼運動・スポーツの大切さを科学的に解説！

子供の発達特性 女子にもスポーツのすすめ

本来、第二次性徴期以前の子供たちでは、運動能力に顕著な男女の差は見られません。むしろ発育の早い女子のほうが良い成績であることはよく見受けられます。

一方で、スポーツに限らず遊びや運動の好みには比較的早くから性差が見られます。たとえば幼児の遊び場面でも、男の子は友達とじゃれ合ったり、走り回ったりと活動的な行動をとることが多いのに対して、女の子は手遊びやリズム遊びなど女の子同士で関わり合いながらおとなしい遊びを好み、活動量も少ない傾向があるようです。さらに思春期になり身体的変化や心理的、社会的要因も加わると、女子の活動性は一層低くなってしまおうというのが現状です。

活発に動く楽しさを小さい頃から体感するこ

とがまず大切です。好みの特性を考慮してスポーツの間口を拡げ、いつからでもチャレン



ジできる多様なスポーツ環境を整えることも必要ではないでしょうか。昔ながらの縄跳びやゴム段跳び、リズム遊びやダンスなどはもともと女の子のほうが得意ですし、女子好みの新たな運動やスポーツもあるはずです。

女子だから いいねこんな スポーツも

今月の予定 2017年 6月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	