

平成28年度 新体力テスト 結果報告

《京都市立高等学校》

◆今年度の調査結果より

1 京都市における経年変化の比較

〈男子〉第2学年の立ち幅とびと第3学年の長座体前屈以外は、平成20年度の調査開始以後、最も低い値であった。

〈女子〉第1学年の長座体前屈以外は、平成20年度の調査開始以後、最も高い値であった。

2 平成28年京都市平均値と平成27年度全国平均値との比較

(1) 昨年度の全国平均値を上回った種目

〈男子〉全学年：50m走

第2学年のみ：上体起こし・立ち幅とび

〈女子〉全学年：握力・上体起こし・反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅とび・ハンドボール投げ

第1学年及び第3学年：長座体前屈

(2) 昨年度の全国平均値を下回った種目

〈男子〉全学年：握力・長座体前屈・反復横とび・20mシャトルラン・ハンドボール投げ

第1学年及び第3学年：上体おこし・立ち幅とび

〈女子〉全学年：50m走

第2学年のみ：長座体前屈

・男子は全国平均値を多くの種目で下回っているが、その中でもとりわけ20mシャトルランの落ち込みが大きい。

◆改善に向けての具体例

- 1 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果から見られる課題傾向の分析とその対策
- 2 生徒が運動の特性に十分触れ、かつ体力向上につながる保健体育の授業充実と改善
- 3 「高等学校運動部における留意事項について（試案）」に基づいた運動部活動の充実
- 4 全ての学校教育活動を通して体力向上に向けた取り組みの計画と実践

平成28年度 京都市新体力テスト平均値 比較一覧
 平成28年度の京都市平均と平成27年度京都市平均、全国平均値比較

性	種目	校種 学年	中学校			高等学校		
			1年	2年	3年	1年	2年	3年
男子	握力 (kg) <筋力>	H28京都市	22.51	27.42	32.43	29.37	36.32	38.65
		H27京都市	22.18	27.27	32.97	36.23	37.69	39.11
		H27全国	23.93	29.66	35.12	37.87	40.45	42.44
	上体起こし (回) <筋力・ 筋持久力>	H28京都市	21.71	26.54	26.43	26.95	29.08	29.36
		H27京都市	23.60	26.27	28.93	30.77	31.46	31.74
		H27全国	24.39	28.09	30.26	29.53	21.56	31.56
	長座体前屈 (cm) <柔軟性>	H28京都市	40.96	41.98	46.24	46.59	48.15	49.74
		H27京都市	39.57	42.16	45.75	46.85	46.35	49.09
		H27全国	39.47	43.79	46.6	47.36	50.32	52.08
	反復横とび (点) <敏捷性>	H28京都市	46.30	50.51	51.32	52.82	51.89	54.24
H27京都市		47.25	50.14	53.42	54.63	56.17	56.87	
H27全国		49.80	53.28	56.01	55.43	57.29	58.92	
20m シャトルラン (折り返し数) <全身持久力>	H28京都市	66.63	88.17	81.15	77.79	80.64	80.01	
	H27京都市	72.11	86.69	96.05	94.37	101.28	104.29	
	H27全国	72.17	90.29	96.03	84.47	90.78	93.62	
50m走 (秒) <スピード>	H28京都市	8.61	7.89	8.00	7.96	7.83	7.89	
	H27京都市	8.40	7.88	7.46	7.40	7.29	7.13	
	H27全国	8.50	7.84	7.47	7.47	7.29	7.16	
立ち幅とび (cm) <筋パワー>	H28京都市	169.35	192.40	191.41	198.60	241.01	203.19	
	H27京都市	176.93	192.12	208.79	220.17	220.37	226.61	
	H27全国	179.75	196.97	213.99	216.59	223.93	229.85	
ハンドボール投げ (m) <巧緻性・ 筋パワー>	H28京都市	15.86	21.11	19.00	18.30	19.60	19.49	
	H27京都市	18.11	21.08	24.37	24.02	25.21	26.12	
	H27全国	18.49	21.32	24.20	24.22	25.66	27.00	
女子	握力 (kg) <筋力>	H28京都市	21.00	22.99	24.27	27.70	29.86	30.56
		H27京都市	20.30	23.03	24.49	24.97	26.33	26.42
		H27全国	21.57	24.00	25.50	25.58	26.60	27.09
	上体起こし (回) <筋力・ 筋持久力>	H28京都市	21.67	22.79	26.40	26.56	29.03	29.06
		H27京都市	20.35	21.97	23.61	25.10	27.10	28.38
		H27全国	21.21	24.01	25.22	22.98	24.14	24.37
	長座体前屈 (cm) <柔軟性>	H28京都市	41.07	44.71	46.22	46.72	48.36	50.13
		H27京都市	42.26	44.11	44.81	46.23	49.85	51.64
		H27全国	43.14	45.39	47.96	46.66	48.54	49.11
	反復横とび (点) <敏捷性>	H28京都市	46.25	45.65	51.29	52.15	51.66	53.82
H27京都市		43.08	45.14	45.79	48.44	50.36	51.69	
H27全国		45.71	47.38	48.82	47.18	47.41	47.78	
20m シャトルラン (折り返し数) <全身持久力>	H28京都市	66.31	62.25	81.00	74.67	80.45	78.48	
	H27京都市	54.18	60.47	59.85	59.30	64.49	64.77	
	H27全国	52.74	61.07	61.26	50.14	52.51	50.27	
50m走 (秒) <スピード>	H28京都市	8.62	8.70	8.01	7.99	7.90	7.80	
	H27京都市	8.98	8.72	8.62	8.59	8.51	8.53	
	H27全国	9.02	8.74	8.62	8.90	8.86	8.90	
立ち幅とび (cm) <筋パワー>	H28京都市	169.06	166.99	191.47	194.38	236.69	195.92	
	H27京都市	159.11	165.39	168.92	171.83	178.15	177.80	
	H27全国	164.50	171.29	175.70	169.55	171.16	170.72	
ハンドボール投げ (m) <巧緻性・ 筋パワー>	H28京都市	15.77	13.03	18.96	17.48	18.93	19.24	
	H27京都市	11.50	12.91	14.00	13.52	14.94	15.63	
	H27全国	12.04	13.41	14.50	13.80	14.41	14.79	