

平成 29 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

京都市平均値と全国平均値（平成 28 年度）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：20mシャトルラン，50m走

第1学年：上体起こし，反復横とび，

第2学年：上体起こし，反復横とび，立ち幅とび

〈女子〉

全学年：反復横とび，20mシャトルラン

第1学年：上体起こし，50m走

第2学年：立ち幅とび

第3学年：上体起こし，50m走，立ち幅とび

（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，ハンドボール投げ

第1学年：立ち幅とび

第3学年：立ち幅とび，反復横とび，上体起こし

〈女子〉

全学年：握力，長座体前屈，ハンドボール投げ

第1学年：立ち幅とび

第2学年：上体起こし，50m走

- ・男女とも全学年全国平均値を下回っている種目は、**握力・長座体前屈・ハンドボール投げ**であり，中でもとりわけ男子は**握力・長座体前屈**，女子は**握力・ハンドボール投げ**の落ち込みが大きい。つまり，男子は筋力や柔軟性，女子は筋力や巧緻性・瞬発力に課題がある。

◆改善に向けての具体例

- 1 新体力テスト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科の授業の一層の充実と改善
上記の調査結果を踏まえた，男子は筋力や柔軟性，女子は筋力や巧緻性・瞬発力を高める運動を取り入れた授業の展開
- 3 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充実と実践

平成29年度 京都市新体カテスト平均値 比較一覧
平成29年度の京都市平均と平成28年度京都市平均、全国平均値比較

性	種目	校種	中学校			高等学校		
		学年	1年	2年	3年	1年	2年	3年
男子	握力 (kg) ＜筋力＞	H29京都市	22.27	27.81	33.10	35.24	38.49	41.23
		H28京都市	22.51	27.42	32.43	29.37	36.32	38.65
		H28全国	24.37	28.89	35.02	38.50	40.32	42.51
	上体起こし (回) ＜筋力・ 筋持久力＞	H29京都市	22.81	26.17	28.54	30.76	34.51	32.36
		H28京都市	21.71	26.54	26.43	26.95	29.08	29.36
		H28全国	24.64	27.45	30.33	29.76	31.33	32.85
	長座体前屈 (cm) ＜柔軟性＞	H29京都市	40.77	42.72	46.86	45.05	48.38	49.47
		H28京都市	40.96	41.98	46.24	46.59	48.15	49.74
		H28全国	39.20	43.20	47.48	47.37	49.45	51.64
	反復横とび (点) ＜敏捷性＞	H29京都市	46.85	49.89	54.03	57.33	60.47	57.88
		H28京都市	46.30	50.51	51.32	52.82	51.89	54.24
		H28全国	50.32	51.89	56.54	55.69	57.30	58.68
	20m シャトルラン (折り返し数) ＜全身持久力＞	H29京都市	73.90	89.01	94.83	92.58	107.94	101.28
		H28京都市	66.63	88.17	81.15	77.79	80.64	80.01
		H28全国	74.94	85.99	98.77	85.93	91.69	94.62
	50m走 (秒) ＜スピード＞	H29京都市	8.50	7.84	7.53	7.25	7.25	7.06
		H28京都市	8.61	7.89	8.00	7.96	7.83	7.89
		H28全国	8.42	7.99	7.45	7.40	7.27	7.13
	立ち幅とび (cm) ＜筋パワー＞	H29京都市	174.51	191.90	207.27	212.33	224.23	226.85
		H28京都市	169.35	192.40	191.41	198.60	241.01	203.19
		H28全国	182.01	194.54	213.34	220.63	223.85	231.38
	ハンドボール投げ (m) ＜巧緻性・ 筋パワー＞	H29京都市	19.73	21.26	24.14	22.32	25.54	26.34
		H28京都市	15.86	21.11	19.00	18.30	19.60	19.49
		H28全国	18.64	20.56	24.01	24.81	25.61	27.23
女子	握力 (kg) ＜筋力＞	H29京都市	20.87	22.97	24.29	23.86	25.33	25.86
		H28京都市	21.00	22.99	24.27	27.70	29.86	30.56
		H28全国	22.01	23.82	25.74	26.07	26.66	26.88
	上体起こし (回) ＜筋力・ 筋持久力＞	H29京都市	19.79	22.06	23.62	23.60	24.32	26.62
		H28京都市	21.67	22.79	26.40	26.56	29.03	29.06
		H28全国	21.30	23.73	25.06	23.35	24.45	24.52
	長座体前屈 (cm) ＜柔軟性＞	H29京都市	43.37	44.61	48.97	45.58	47.81	49.12
		H28京都市	41.07	44.71	46.22	46.72	48.36	50.13
		H28全国	43.51	45.86	47.75	47.00	47.83	49.15
	反復横とび (点) ＜敏捷性＞	H29京都市	43.74	44.96	46.72	48.07	50.48	50.54
		H28京都市	46.25	45.65	51.29	52.15	51.66	53.82
		H28全国	46.02	46.76	48.75	47.57	47.99	48.21
	20m シャトルラン (折り返し数) ＜全身持久力＞	H29京都市	53.80	61.02	61.78	54.51	57.46	56.59
		H28京都市	66.31	62.25	81.00	74.67	80.45	78.48
		H28全国	55.09	59.14	62.59	50.80	52.66	53.09
	50m走 (秒) ＜スピード＞	H29京都市	8.99	8.72	9.72	8.83	9.09	8.72
		H28京都市	8.62	8.70	8.01	7.99	7.90	7.80
		H28全国	8.96	8.80	8.62	8.88	8.88	8.91
	立ち幅とび (cm) ＜筋パワー＞	H29京都市	159.65	165.51	168.07	170.73	173.37	175.45
		H28京都市	169.06	166.99	191.47	194.38	236.69	195.92
		H28全国	166.26	168.57	174.94	172.30	172.91	174.31
	ハンドボール投げ (m) ＜巧緻性・ 筋パワー＞	H29京都市	12.01	12.88	14.10	12.95	14.04	14.07
		H28京都市	15.77	13.03	18.96	17.48	18.93	19.24
		H28全国	12.17	12.96	14.54	14.35	14.66	15.09