

平成30年度

京都市立学校児童・生徒 新体力テスト結果等について

《京都市立高等学校》

◆今年度の調査結果より

1 全体的な傾向

- ・全国との比較では、50m走の記録が良いが、握力、ハンドボール投げの数値が低く、筋力、巧緻性・筋パワーに課題が見られる。
- ・前年度との比較では、全体的に数値が低下している種目が多く見られる。特に上体起こし、20mシャトルランの落ち込みが大きい。

2 体力・運動能力調査報告書との比較

(1) 握力（筋力）

- ・男女とも全学年で全国平均を下回った。特に3年男子の数値が低い。

(2) 上体起こし（筋力・筋持久力）

- ・男女とも全学年で全国平均を下回った。特に3年男子、1・2年女子の数値が低い。

(3) 長座体前屈（柔軟性）

- ・男女とも全学年で全国平均を下回った。特に3年男女の数値が低い。

(4) 反復横とび（敏捷性）

- ・2年男子を除き全国平均を下回った。

(5) 20mシャトルラン（全身持久力）

- ・2・3年女子は、全国平均を上回ったが、男子全学年、1年女子は、下回った。

(6) 50m走（スピード）

- ・1・2年男子、3年女子は、全国平均を上回ったが、その他は、全国平均を下回った。

(7) 立ち幅とび（筋パワー）

- ・1年男子、2年女子を除き、全国平均を下回った。

(8) ハンドボール投げ（巧緻性・筋パワー）

- ・男女とも全国平均を大きく下回った。特に、2・3年男子については、全国平均を2m以上下回った。

3 前年度との比較

(1) 握力（筋力）

- ・男子は全学年で前年度を下回った。女子は、高1では、改善されたものの、高2は、前年度を大きく下回った。

(2) 上体起こし（筋力・筋持久力）

- ・男女ともに全学年で前年度を大きく下回った。

(3) 長座体前屈（柔軟性）

- ・1・2年男子は前年度とほぼ変わらなかったが、女子及び3年男子は、前年度を下回った。

(4) 反復横とび（敏捷性）

- ・3年男子を除き、前年度を大きく下回った。

- (5) 20mシャトルラン（全身持久力）
 - ・男女ともに全学年で前年度を大きく下回った。
- (6) 50m走（スピード）
 - ・2年男女は、前年度を上回ったものの1・3年では、男女ともに前年度を下回った。
- (7) 立ち幅とび（筋パワー）
 - ・1年男子は前年度を大きく上回ったが、1・3年女子は、前年度を大きく下回った。
- (8) ハンドボール投げ（巧緻性・筋パワー）
 - ・1年男子を除き、前年度を下回った。
 - ・特に2・3年男子は、前年度から大きく記録が下落している。

4 他校種の傾向

《小学校》

- ・全国平均と比較すると、「長座体前屈」（柔軟性）、「50m走」（スピード）を除き、全国平均を下回っている。特に「反復横とび」（敏捷性）、「20mシャトルラン」（全身持久力）の数値が低い。
- ・なお、前年度との比較では、「反復横とび」、「20mシャトルラン」で改善傾向が見られるほか、「50m走」や「立ち幅とび」でも数値が改善されていることから、引き続き、全身を動かす運動を子どもたちが楽しみながら行える体力向上の取組を充実していくことが求められる。

《中学校》

- ・全国平均と比較すると、全体を通して男女共に平均を下回る値となっており、とりわけ、「上体起こし」（筋持久力）、「握力」（筋力）、「反復横とび」（敏捷性）の値は、男女ともに全国平均を大きく下回る結果となり、バランスのよい体力向上の取組が求められる等の課題が見られる。
- ・なお、1年女子の「20mシャトルラン」（全身持久力）は、全国平均と上回る結果となった。

◆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、男女ともに筋力や投能力を高める取組を重視した授業の展開
- 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

【参考資料】

- 「平成29年度体力・運動能力調査報告書」

スポーツ庁 (<http://www.mext.go.jp/sports/>)

平成30年度 京都市新体力テスト平均値 比較一覧
 平成30年度及び平成29年度の京都市平均と平成29年度全国平均値比較

性	種目	校種 学年	中学校			高等学校		
			1年 平均値	2年 平均値	3年 平均値	1年 平均値	2年 平均値	3年 平均値
男子	握力 (kg) <筋力>	H30京都市	22.23	27.55	32.63	34.89	37.62	38.41
		H29京都市	22.27	27.81	33.10	35.24	38.49	41.23
		H29全国	24.07	29.75	34.90	37.19	40.15	42.05
	上体起こし (回) <筋力・ 筋持久力>	H30京都市	22.04	25.68	28.53	29.05	30.41	30.31
		H29京都市	22.81	26.17	28.54	30.76	34.51	32.36
		H29全国	24.64	28.08	30.44	29.27	31.21	32.41
	長座体前屈 (cm) <柔軟性>	H30京都市	38.74	42.88	46.31	45.08	48.33	47.73
		H29京都市	40.77	42.72	46.86	45.05	48.38	49.47
		H29全国	39.70	43.95	47.73	46.15	48.64	50.76
	反復横とび (点) <敏捷性>	H30京都市	46.18	50.39	53.23	54.23	57.85	57.92
		H29京都市	46.85	49.89	54.03	57.33	60.47	57.88
		H29全国	49.96	53.45	55.92	55.38	57.04	57.96
20m シャトルラン (折り返し数) <全身持久力>	H30京都市	68.82	85.05	94.73	84.17	90.19	87.74	
	H29京都市	73.90	89.01	94.83	92.58	107.94	101.28	
	H29全国	72.11	89.93	96.64	85.12	90.99	91.95	
50m走 (秒) <スピード>	H30京都市	8.58	7.86	7.51	7.34	7.18	7.31	
	H29京都市	8.50	7.84	7.53	7.25	7.25	7.06	
	H29全国	8.42	7.80	7.44	7.45	7.24	7.15	
立ち幅とび (cm) <筋パワー>	H30京都市	176.18	193.65	207.76	218.95	223.47	226.37	
	H29京都市	174.51	191.90	207.27	212.33	224.23	226.85	
	H29全国	181.24	199.64	212.56	215.77	223.81	227.01	
ハンドボール投げ (m) <巧緻性・ 筋パワー>	H30京都市	18.16	20.92	23.55	22.84	23.00	24.97	
	H29京都市	19.73	21.26	24.14	22.32	25.54	26.34	
	H29全国	18.29	21.29	23.82	24.14	25.54	27.00	
合計点	H30京都市	32.83	41.63	47.89	48.84	53.10	54.07	
	H29京都市	—	—	—	—	—	—	
	H29全国	35.44	44.48	51.35	50.41	54.99	57.84	
女子	握力 (kg) <筋力>	H30京都市	20.69	22.73	24.06	24.15	23.87	25.88
		H29京都市	20.87	22.97	24.29	23.86	25.33	25.86
		H29全国	21.71	24.22	25.59	25.44	26.31	26.81
	上体起こし (回) <筋力・ 筋持久力>	H30京都市	19.29	22.36	23.35	21.48	21.78	23.16
		H29京都市	19.79	22.06	23.62	23.60	24.32	26.62
		H29全国	21.29	23.96	25.03	23.00	24.03	24.48
	長座体前屈 (cm) <柔軟性>	H30京都市	42.42	44.79	46.65	44.49	46.65	46.30
		H29京都市	43.37	44.61	48.97	45.58	47.81	49.12
		H29全国	42.87	46.25	48.15	45.90	47.58	48.88
	反復横とび (点) <敏捷性>	H30京都市	43.17	45.97	46.64	46.69	46.93	47.52
		H29京都市	43.74	44.96	46.72	48.07	50.48	50.54
		H29全国	45.95	47.73	48.56	46.81	47.53	47.84
20m シャトルラン (折り返し数) <全身持久力>	H30京都市	53.37	61.15	60.77	47.82	54.41	53.27	
	H29京都市	53.80	61.02	61.78	54.51	57.46	56.59	
	H29全国	53.12	61.52	61.19	49.64	51.83	51.94	
50m走 (秒) <スピード>	H30京都市	9.01	8.66	8.66	9.02	8.75	8.92	
	H29京都市	8.99	8.72	9.72	8.83	9.09	8.72	
	H29全国	8.93	8.66	8.58	8.92	8.84	8.83	
立ち幅とび (cm) <筋パワー>	H30京都市	161.25	167.72	169.97	164.17	174.46	169.62	
	H29京都市	159.65	165.51	168.07	170.73	173.37	175.45	
	H29全国	166.19	172.06	173.83	167.44	169.69	171.30	
ハンドボール投げ (m) <巧緻性・ 筋パワー>	H30京都市	11.71	13.33	14.09	12.59	13.56	13.69	
	H29京都市	12.01	12.88	14.10	12.95	14.04	14.07	
	H29全国	12.16	13.35	14.43	13.65	14.35	14.79	
合計点	H30京都市	43.38	48.70	51.41	47.78	49.81	51.02	
	H29京都市	—	—	—	—	—	—	
	H29全国	45.97	51.84	54.31	49.78	51.80	53.08	