

令和２年度
京都市新体力テスト 結果報告
《京都市立小学校》

◆今年度の調査結果より

1 今年度の実施要領

・実施期間：令和2年6月～7月

（例年、4月～6月に実施しているが、臨時休業の影響のため）

・実施種目：「握力」、「長座体前屈」、「反復横とび」、「50m走」、「立ち幅とび」、「ソフトボール投げ」の6種目

※「上体起こし」、「20mシャトルラン」については、新型コロナウイルス感染症対策のため実施を見合わせる。

2 本市の傾向

・前年度との比較では、「反復横とび」（俊敏性）、「立ち幅とび」（筋パワー）で改善傾向が見られるほか、「長座体前屈」（柔軟性）でも学年によって数値が改善されている。一方、「50m走」（スピード）、男子の「ソフトボール投げ」（巧緻性・パワー）が全体的に低下している。

3 前年度との比較

（1）握力（筋力）

- ・1年女子、4年男女、5年男女、6年男子で前年度を上回った。
- ・その他の学年では、前年度より微減であった。

（2）長座体前屈（柔軟性）

- ・3年男子、4年・5年・6年男女で前年度を上回った。
- ・1年男女、2年男子が前年度を大きく下回った。

（3）反復横とび（敏捷性）

- ・全学年男女とも前年度を上回った。
- ・特に2年女子で前年度を大きく上回った。

（4）50m走（スピード）

- ・1年男子を除く全学年男女で前年度を下回った。

（5）立ち幅跳び（筋パワー）

- ・全学年男女で前年度を上回った。

（6）ソフトボール投げ（巧緻性・筋パワー）

- ・2年男子、1年・2年・4年女子で前年度を上回った。
- ・男子については、2年を除く全学年で前年度を下回った。

4 他校種の傾向

《中学校》

- ・前年度との比較では、1・2年生男女の「長座体前屈」(柔軟性)、男子全学年の「立ち幅とび」(筋パワー)で数値の改善傾向が見られる。一方、男女ともに「20m シャトルラン」(全身持久力)の数値が低下している。

《高等学校》

- ・前年度との比較では、各学年で数値が改善している種目が多く見られる。特に、高1女子は、全種目において数値が改善している。

◆改善に向けての具体例

- 1 新体力テストの結果に基づいた自校の児童の実態把握と分析
(京都市ジャンプアッププロジェクトの活用)
- 2 児童が運動の特性に十分触れ、身に付けたい力が身に付く新学習指導要領に則した体育学習の充実
- 3 「京都市立小学校運動部活動等ガイドライン」に基づいた運動部活動の充実
- 4 休み時間や放課後を活用した外遊びや伝承遊びの充実

【参考資料】

- 「令和元年度体力・運動能力調査報告書」(令和2年10月 スポーツ庁)
(https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922_00001.html)
- 公益財団法人 日本体育協会 アクティブ・チャイルド・プログラム
(<http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/acp/index.html>)

令和2年度 京都市新体力テスト平均値 比較一覧
令和元年度の京都市平均と令和元年度全国平均値比較

性	種目	校種 学年	小学校											
			1年		2年		3年		4年		5年		6年	
			平均値	全国との差	平均値	全国との差	平均値	全国との差	平均値	全国との差	平均値	全国との差	平均値	全国との差
男 子	握力 (kg) ＜筋力＞	R2京都市	8.08	88.6%	9.97	90.6%	12.13	95.6%	14.06	97.3%	16.20	98.2%	19.05	98.0%
		R1京都市	8.62	94.5%	10.48	95.3%	12.28	96.8%	13.98	96.7%	16.07	97.5%	18.84	97.0%
		R1全国	9.12		11.00		12.69		14.45		16.49		19.43	
	上体起こし (回) ＜筋力・ 筋持久力＞	R2京都市		0.0%		0.0%		0.0%	14.00	75.1%	15.42	74.2%	17.56	77.5%
		R1京都市	10.23	87.9%	13.76	94.6%	14.91	89.2%	17.42	93.5%	19.05	91.6%	20.97	92.5%
		R1全国	11.64		14.54		16.72		18.63		20.79		22.66	
	長座体前屈 (cm) ＜柔軟性＞	R2京都市	24.07	90.7%	26.73	96.4%	31.50	106.0%	33.55	108.0%	34.81	103.9%	37.20	104.1%
		R1京都市	26.62	100.3%	28.98	104.5%	30.28	101.8%	32.66	105.2%	34.39	102.7%	36.38	101.8%
		R1全国	26.54		27.74		29.73		31.06		33.49		35.72	
	反復横とび (点) ＜敏捷性＞	R2京都市	25.34	93.0%	28.81	91.2%	32.93	93.1%	36.31	92.6%	40.02	91.8%	42.93	92.8%
		R1京都市	24.70	90.6%	27.68	87.7%	31.69	89.6%	35.10	89.5%	38.87	89.1%	42.12	91.0%
		R1全国	27.26		31.58		35.38		39.21		43.61		46.27	
	20m シャトルラン (折り返し数) ＜全身持久力＞	R2京都市		0.0%		0.0%	35.64	92.8%	46.28	101.5%	38.88	70.9%	46.28	73.0%
		R1京都市	14.57	77.8%	26.75	92.0%	31.05	80.8%	40.78	89.4%	49.67	90.6%	58.23	91.8%
		R1全国	18.73		29.07		38.41		45.60		54.83		63.42	
	50m走 (秒) ＜スピード＞	R2京都市	11.71	97.8%	10.87	97.4%	10.31	97.2%	9.79	98.2%	9.36	98.5%	8.95	99.1%
		R1京都市	11.76	97.4%	10.75	98.5%	10.11	99.1%	9.63	99.8%	9.24	99.8%	8.83	100.5%
		R1全国	11.45		10.59		10.02		9.61		9.22		8.87	
	立ち幅とび (cm) ＜筋パワー＞	R2京都市	112.12	97.7%	123.37	98.2%	133.54	97.6%	142.06	98.3%	151.02	97.2%	160.11	97.6%
		R1京都市	108.02	94.1%	119.96	95.5%	131.04	95.8%	140.14	97.0%	148.76	95.7%	157.18	95.8%
		R1全国	114.74		125.57		136.81		144.52		155.38		164.07	
	ソフトボール投げ (m) ＜巧緻性・ 筋パワー＞	R2京都市	7.17	86.6%	11.12	96.5%	14.32	91.4%	18.20	96.2%	20.76	90.6%	24.45	91.7%
		R1京都市	7.57	91.4%	10.99	95.4%	14.85	94.8%	18.25	96.5%	21.70	94.7%	25.28	94.9%
		R1全国	8.28		11.52		15.66		18.92		22.92		26.65	
	合計点	R2京都市6種目	—	—	—	—	—	—	35.04		38.96		43.32	
		R1京都市6種目	—	—	—	—	—	—	34.57		38.73		42.88	
		R1全国6種目	30.65		38.10		44.71		49.83		56.09		61.29	
女 子	握力 (kg) ＜筋力＞	R2京都市	8.26	96.4%	9.12	89.1%	10.94	92.4%	13.27	95.7%	15.88	99.8%	18.48	96.1%
		R1京都市	8.23	96.0%	9.53	93.2%	11.38	96.1%	13.25	95.5%	15.53	97.6%	18.58	96.6%
		R1全国	8.57		10.23		11.84		13.87		15.91		19.23	
	上体起こし (回) ＜筋力・ 筋持久力＞	R2京都市		0.0%		0.0%		0.0%	15.00	85.0%	17.18	89.5%	19.02	91.3%
		R1京都市	11.04	96.9%	13.43	95.0%	14.71	92.8%	16.45	93.3%	17.83	92.9%	19.33	92.8%
		R1全国	11.39		14.13		15.85		17.64		19.19		20.84	
	長座体前屈 (cm) ＜柔軟性＞	R2京都市	27.59	96.6%	30.21	99.7%	34.12	106.4%	36.65	105.3%	39.01	104.3%	41.03	100.0%
		R1京都市	29.48	103.2%	30.34	100.1%	34.12	106.4%	36.22	104.0%	38.28	102.4%	40.80	99.5%
		R1全国	28.57		30.30		32.08		34.82		37.40		41.02	
	反復横とび (点) ＜敏捷性＞	R2京都市	24.89	93.9%	28.25	92.4%	31.73	94.5%	35.16	92.7%	38.75	93.4%	41.03	92.8%
		R1京都市	24.57	92.6%	26.65	87.2%	30.26	90.1%	33.69	88.9%	37.30	89.9%	39.93	90.4%
		R1全国	26.52		30.56		33.58		37.91		41.51		44.19	
	20m シャトルラン (折り返し数) ＜全身持久力＞	R2京都市		0.0%		0.0%	30.20	103.6%	38.95	105.0%	31.88	72.2%	35.59	69.0%
		R1京都市	13.59	85.2%	21.11	94.8%	23.86	81.8%	32.16	86.7%	39.95	90.5%	46.68	90.5%
		R1全国	15.96		22.27		29.16		37.09		44.14		51.56	
	50m走 (秒) ＜スピード＞	R2京都市	12.17	97.1%	11.18	97.8%	10.57	98.4%	10.05	98.6%	9.62	99.0%	9.28	98.6%
		R1京都市	12.11	97.6%	11.08	98.6%	10.47	99.3%	9.95	99.6%	9.49	100.3%	9.11	100.4%
		R1全国	11.82		10.93		10.40		9.91		9.52		9.15	
	立ち幅とび (cm) ＜筋パワー＞	R2京都市	104.81	98.0%	116.66	99.1%	126.64	98.9%	135.35	98.2%	145.08	98.4%	150.69	96.6%
		R1京都市	101.49	94.9%	111.63	94.9%	122.84	95.9%	132.39	96.0%	141.91	96.3%	148.02	94.9%
		R1全国	106.93		117.69		128.05		137.89		147.40		156.01	
	ソフトボール投げ (m) ＜巧緻性・ 筋パワー＞	R2京都市	5.41	96.3%	7.24	98.1%	9.14	97.2%	11.55	99.3%	13.32	97.9%	15.13	92.4%
		R1京都市	5.12	91.1%	7.21	97.7%	9.25	98.4%	11.42	98.2%	13.45	98.9%	15.42	94.1%
		R1全国	5.62		7.38		9.40		11.63		13.60		16.38	
	合計点	R2京都市6種目	—	—	—	—	—	—	35.87		40.39		43.90	
		R1京都市6種目	—	—	—	—	—	—	35.19		39.66		43.69	
		R1全国6種目	30.78		38.22		44.50		51.28		56.69		62.72	

※京都市の合計点は、6種目実施の4年生以上のみ記載