

令和4年度

京都市 新体力テスト結果等について

《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4年4月～6月
- 実施種目

種 目 名	運 動 能 力	1年	2年	3年	4～6年
握 力	筋力				○
上 体 起 こ し	筋力・持久力				○
長 座 体 前 屈	柔軟性				○
反 復 横 と び	俊敏性		○	○	○
20mシャトルラン	全身持久力			○	○
5 0 m 走	スピード	○	○	○	○
立 ち 幅 と び	筋パワー	○	○	○	○
ボ ー ル 投 げ	巧緻性・筋パワー		○	○	○

2 令和3年度との比較

種目	男子			女子		
	4年	5年	6年	4年	5年	6年
握力	▲ 0.9%	0.3%	▲ 0.2%	▲ 1.4%	1.4%	▲ 1.0%
上体起こし	▲ 0.5%	▲ 0.1%	0.3%	1.0%	1.9%	0.1%
長座体前屈	1.1%	1.4%	0.4%	2.1%	▲ 0.2%	▲ 1.4%
反復横とび	▲ 0.1%	▲ 0.3%	▲ 0.6%	▲ 0.4%	▲ 0.9%	▲ 0.6%
20mシャトルラン	4.2%	▲ 2.4%	▲ 2.7%	1.6%	▲ 2.3%	▲ 5.7%
50m走	▲ 0.1%	▲ 1.0%	▲ 1.1%	▲ 0.5%	▲ 0.2%	▲ 0.6%
立ち幅とび	▲ 0.3%	0.4%	0.2%	▲ 1.0%	0.7%	▲ 0.7%
ボール投げ	▲ 0.9%	▲ 1.8%	▲ 0.9%	▲ 2.1%	▲ 0.8%	▲ 1.9%
合計点	0.3%	▲ 0.4%	▲ 0.3%	0.0%	▲ 1.3%	▲ 3.6%

(1) 本市の傾向（全体）

- ・体力合計点は、男子については概ね横這いだが、女子については特に6年生において低下傾向が見られる。
- ・京都市のコロナ禍前（令和元年度）との比較においては、シャトルラン、上体起こしの2種目について約4～13%と低下率が顕著だが、令和3年度から4年度にかけての低下率は学年によって上昇に転じるなど、下げ止まりの傾向も伺える。一方、反復横とび、50m走については、コロナ禍前から概ね横這いの状況が続いていることから、持久力は敏捷・スピード性と比較し、コロナ禍による運動不足の影響が大きく出たと言える。

(2) 本市の主な種目の傾向

シャトルラン（全身持久力）

- ・令和元年度の全国と京都市を比較すると約11%京都市が低く、コロナ禍以前から課題がある種目であったが、京都市の推移を見ると元年度から4年度にかけてさらに約10%数値が低下し、元年度の全国と比較すると、全学年において21%程度低くなった。
- ・一方、京都市の令和3年度と4年度のみを比較すると、4年生の男女においては上昇に転じるなど、下げ止まりの傾向も伺えるが、5・6年生については男女とも引続き低下傾向。

上体起こし（筋力・筋持久力）

- ・令和元年度の全国と京都市を比較すると約7%京都市が低く、また、京都市の推移を見ると元年度から4年度にかけてさらに約5%低下し、元年度の全国と比較すると、全学年において12%程度低くなった。
- ・一方、京都市の令和3年度と4年度のみを比較すると、男子4・5年を除き全ての学年男女において数値が上昇に転じるなど、下げ止まりの傾向が伺える。

反復横とび（敏捷性）

- ・令和元年度の全国と京都市を比較すると約11%京都市が低いが、京都市の推移を見ると元年度から4年度にかけてはやや低下しているものの、全学年においてほぼ横這いの状況が続いており、コロナ禍による運動不足の影響は比較的小さい。

50m走（スピード）

- ・令和元年度の全国と京都市を比較すると概ね均衡しているが、高学年になるにつれてやや全国を上回る傾向にある。
- ・京都市の推移を見ると元年度から4年度にかけてはやや低下しているものの、全学年においてほぼ横這いの状況が続いており、コロナ禍による運動不足の影響は比較的小さい。

長座体前屈（柔軟性）

- ・令和元年度の全国と京都市を比較すると約3%上回っており、さらに京都市の推移を見ると元年度から4年度にかけてはほぼ横這いであるものの、やや上昇傾向にある。

3 令和元年度体力・運動能力調査（※令和元年度全国の抽出調査）との比較（参考）

種目	男子			女子		
	4年	5年	6年	4年	5年	6年
握力	▲ 5.6%	▲ 3.4%	▲ 3.7%	▲ 6.4%	▲ 1.6%	▲ 5.3%
上体起こし	▲ 12.0%	▲ 12.4%	▲ 11.3%	▲ 11.5%	▲ 10.9%	▲ 13.1%
長座体前屈	9.2%	8.0%	5.1%	7.7%	5.5%	1.0%
反復横とび	▲ 11.5%	▲ 11.3%	▲ 9.6%	▲ 12.2%	▲ 10.7%	▲ 9.9%
20mシャトルラン	▲ 18.7%	▲ 20.7%	▲ 17.1%	▲ 24.6%	▲ 22.0%	▲ 22.4%
50m走	▲ 1.2%	▲ 1.6%	▲ 1.0%	▲ 1.0%	▲ 0.7%	▲ 1.0%
立ち幅とび	▲ 3.5%	▲ 4.1%	▲ 3.6%	▲ 4.4%	▲ 3.6%	▲ 5.7%
ソフトボール投げ	▲ 7.7%	▲ 10.6%	▲ 9.9%	▲ 5.7%	▲ 4.6%	▲ 11.2%
合計点	▲ 7.0%	▲ 7.7%	▲ 6.5%	▲ 8.2%	▲ 7.5%	▲ 10.3%

※令和2年度の全国調査については、調査標本数が少なく実施時期も例年と異なるため、令和元年度と比較。令和3年度全国調査との比較・分析が終了次第差換え予定。

4 他校種の傾向

《中学校》

- ・体力合計点は男子1・3年生で少し改善が見られたものの、女子は昨年度に引続き低下した。
- ・京都市のコロナ禍前（令和元年度）との比較においては、シャトルラン、上体起こしの2種目について約4～14%と低下率が顕著であり、令和3年度から4年度にかけても低下傾向が続いている。一方、反復横とび、50m走については、コロナ禍前から概ね横這いの状況が続いていることから、持久力は敏捷・スピード性と比較し、コロナ禍による運動不足の影響が大きく出たと言える。
- ・本市の傾向は全校種・種目において男女間で概ね差はないが、中学校のハンドボール投げにおいてのみ、全国平均との差はコロナ禍前から男子と比較すると女子において顕著に低く、また京都市の元年から4年にかけての推移でも数値の低下が女子のみ大きかった。

《高等学校》

- ・令和3年度から4年度にかけて、全体的に若干の低下傾向。
- ・京都市のコロナ禍前（令和元年度）との比較においては、上体起こし、シャトルランの2種目について約6～10%と低下率が顕著であり、令和3年度から4年度にかけても低下傾向が続いている。一方、反復横とび、50m走、立ち幅とびについては、コロナ禍前から概ね横這いの状況が続いていることから、持久力は敏捷・スピード性と比較し、コロナ禍による運動不足の影響が大きく出たと言える。
- ・令和元年度の全国と比較すると、50m走において京都市がやや上回っている。

5 今後の取組の方針

令和4年度の新体力テストの結果、コロナ禍による運動不足の影響が依然として続いており、体力向上の取組は喫緊の課題である。中でも持久力については大きく低下しており、全国と比較しても大幅に下回っている。全体的な体力向上を図りつつ、特に持久力に焦点を置いて、以下の取組を引続き推進していく。

- 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 校内記録会、大文字駅伝に代わる取組、スポーツチャレンジ大会、Let's Dance 動画(11月から配信予定)等の活用
- 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
- 5 「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

【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)
- 「令和2年度体力・運動能力調査報告書」(令和3年10月 スポーツ庁)
(https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa04/tairyoku/kekka/k_detail/1421920_00003.htm)
- 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>)
- スポーツ庁 子どもの運動あそび応援サイト
(https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop03/list/detail/jsa_00012.html)

