

令和5年度 京都市「新体力テスト」【結果】

< 小 学 校 >

- ・ 令和5年4月～6月に、全校で京都市独自の体力テストを実施。
- ・ 前年度の京都市「新体力テスト」と比較して、男子・女子とも合計点で上昇傾向だが、スポーツ庁「体力・運動能力調査」の令和4年度全国値と比較すると、(長座体前屈を除く)ほぼ全ての種目が全国値を下回る。
- ・ 令和2～4年度は、コロナ禍での体力低下により、過去最低値を記録するなど、低下傾向が続いていたが、令和5年度は改善の兆しが見られる。

— 結果概要 —

1. 実施内容等について

■ 実施種目・学年 ※1～3年の必須種目は一部のみ(他は任意で実施)。4～6年は全種目実施。

学年・種目 (運動能力)	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
	(筋力)	(筋力・持久力)	(柔軟性)	(俊敏性)	(全身持久力)	(スピード)	(筋パワー)	(巧緻性・筋パワー)
1年						○	○	
2年				○		○	○	○
3年				○	○	○	○	
4～6年	○	○	○	○	○	○	○	○

■ 人数(標本数)及び平均値 … 別紙「学年別平均」を参照。

2. 前年度(令和4年度)本市調査との比較

- ・ 全体として、男女とも、令和4年度より上昇傾向。とくに、6年女子は+4.2%と伸び率が高い。
- ・ 各種目では、握力(筋力)と立ち幅とび(筋パワー)に低下が見られるが、とくに男子において、20mシャトルラン(全身持久力)の伸び率が高いことが特徴。

< 令和4年度本市調査との比較 > ※低下傾向▲編掛け

種目	男 子						女 子						
	1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年	4年	5年	6年	
握力				▲0.2%	▲0.9%	▲0.3%					▲0.2%	▲1.2%	0.6%
上体起こし				0.6%	1.1%	1.9%					▲1.5%	1.6%	2.4%
長座体前屈				0.2%	1.6%	1.1%					0.5%	2.2%	0.5%
反復横とび		1.3%	1.0%	1.3%	1.9%	1.7%		1.7%	1.4%	0.6%	1.5%	1.0%	
20mシャトルラン			1.8%	4.9%	9.3%	4.4%				▲0.5%	1.6%	6.4%	3.0%
50m走	▲0.7%	0.1%	0.8%	0.1%	0.9%	0.0%	▲0.7%			0.5%	▲0.2%	0.4%	0.3%
立ち幅とび	▲0.2%	0.6%	▲0.5%	▲0.1%	▲0.3%	1.2%	▲1.4%	0.7%	▲1.2%	▲0.8%	▲1.1%	0.7%	
ボール投げ		2.3%	2.6%	1.5%	1.6%	0.0%		▲0.9%	▲0.4%	1.3%	1.0%	1.2%	
合計点				1.1%	2.5%	2.0%					0.1%	2.8%	4.2%

3. スポーツ庁「体力・運動能力調査」(令和4年度)との比較

- ・ 全国値を下回る種目が多い中、長座体前屈(柔軟性)は、全国値よりも高い結果を保っている。ほか、50m走(スピード)も、男子5年、女子5・6年で全国平均を上回る。
- ・ 低さが目立つ種目は、20mシャトルラン(全身持久力)及び反復横とび(敏捷性)。
- ※ 上記は例年(コロナ禍前を含む)と同じ傾向。

<令和4年度全国調査との比較>※全国値より低い▲編掛け

種目	男子						女子					
	1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
握力				▲4.9%	▲5.6%	▲4.3%				▲6.7%	▲5.9%	▲1.8%
上体起こし				▲8.1%	▲8.0%	▲5.2%				▲10.9%	▲6.1%	▲4.9%
長座体前屈				6.3%	7.0%	3.6%				5.7%	6.6%	1.2%
反復横とび		▲7.8%	▲7.2%	▲8.2%	▲7.8%	▲6.6%		▲7.4%	▲8.0%	▲9.2%	▲5.8%	▲4.6%
20mシャトルラン			▲15.8%	▲9.1%	▲7.2%	▲4.5%			▲21.6%	▲16.4%	▲9.4%	▲8.6%
50m走	▲2.7%	▲1.1%	▲0.1%	▲0.2%	0.1%	▲0.2%	▲3.1%	▲1.7%	▲1.0%	▲0.3%	0.2%	0.5%
立ち幅とび	▲6.1%	▲4.2%	▲3.9%	▲4.0%	▲4.8%	▲3.6%	▲6.7%	▲4.8%	▲4.8%	▲5.1%	▲5.5%	▲4.2%
ボール投げ		▲4.4%	▲4.4%	▲2.4%	▲4.9%	▲5.4%		▲4.8%	▲4.1%	▲3.6%	▲2.3%	▲3.3%
合計点				▲4.3%	▲4.2%	▲2.9%				▲5.8%	▲3.1%	▲2.7%

4. 各種目の傾向

※詳細は、別紙2「経年変化資料」を参照。

握力(筋力)	低下傾向。下げ止まり気味。全国値より低い。
上体起こし(筋力・筋持久力)	コロナを機に低下。徐々に上昇。全国値より低い。
長座体前屈(柔軟性)	上昇傾向。全国値より高い。
反復横とび(敏捷性)	上昇傾向。全国値より低く、差がある種目の1つ。
20mシャトルラン(全身持久力)	コロナを機に低下。徐々に上昇するも、全国値より低く、差がある種目の1つ。
50m走(スピード)	ほぼ横ばい。全国値に近い。(一部学年で全国値を上回る)
立ち幅とび(筋パワー)	学年等により、伸び率が多様。全国値より低い。
ボール投げ(巧緻性・筋パワー)	コロナを機に低下。徐々に上昇するも、全国値より低い。

5. 他校種の傾向

【中学校】男子・女子とも合計点で上昇傾向が見られる。全国値と比較すると、(1年男子の長座体前屈を除く)ほぼ全ての種目が全国平均を下回る。

【高校】男子1・2年の合計点で上昇傾向が見られるが、女子は低下。全国値と比較すると、反復横とび(俊敏性)、20mシャトルラン(全身持久力)、50m走(スピード)の一部で全国値を上回る。

6. 今後について

全市で体力向上を目指すため、下記の取組を有効活用してください。

- ・ ジャンプアップ・プロジェクト(ジャンプアップシート)
- ・ ICTを活用した体力向上(スポーツチャレンジ大会、今月のダンス動画、京都サンガF.C.オンライントレーニング) ☞ GIGA ポータルページからチェックしてください。

参考資料

スポーツ庁「体力・運動能力調査」

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa04/tairyoku/1368148.htm

政府統計ポータルサイト「e-Stat」

<https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&toukei=00402102&tstat=000001088875>

令和5年度 京都市新体力テスト 学年別平均

小学校男子

学年	児童数	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)		ボール投げ(m)		体力合計点(点)		総合評価(%)				
		標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	A	B	C	D	E
1	4,806	259	6.42	184	10.66	248	27.73	281	24.51	175	12.64	4,490	11.79	4,531	109.85	341	7.44	128	27.53	13.1%	11.7%	23.2%	34.8%	17.2%
2	5,089	349	8.94	321	14.18	406	30.33	4,703	28.66	295	24.11	4,694	10.71	4,772	122.05	4,732	10.88	177	36.29	7.8%	16.3%	31.2%	36.8%	8.0%
3	4,870	751	11.09	699	15.10	650	33.91	4,460	32.16	4,403	29.62	4,455	10.13	4,466	131.21	4,417	14.32	472	41.97	10.8%	26.4%	34.8%	18.4%	9.7%
4	5,035	4,712	13.62	4,675	16.50	4,663	33.99	4,690	35.16	4,599	38.88	4,659	9.72	4,675	139.38	4,611	17.73	4,095	46.86	10.0%	21.0%	29.8%	24.2%	15.0%
5	5,019	4,637	15.79	4,571	18.41	4,612	36.74	4,603	39.39	4,561	47.53	4,517	9.28	4,596	148.56	4,551	20.82	3,987	53.04	11.3%	21.1%	33.2%	23.1%	11.3%
6	5,161	4,826	18.65	4,737	20.50	4,772	37.94	4,736	42.52	4,617	54.86	4,638	8.96	4,735	160.12	4,655	24.03	4,028	58.49	10.9%	25.2%	31.7%	22.8%	9.5%
4~6年 男子合計	15,215	14,175	16.00	13,983	18.45	14,047	36.20	14,029	38.99	13,777	47.26	13,814	9.34	14,006	149.25	13,817	20.85	12,110	52.75	10.7%	22.4%	31.7%	23.4%	11.8%

小学校女子

学年	児童数	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)		ボール投げ(m)		体力合計点(点)		総合評価(%)				
		標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	標本数	平均値	A	B	C	D	E
1	4,538	270	5.61	176	10.61	246	29.27	291	23.81	180	11.72	4,273	12.15	4,334	101.21	331	5.25	130	27.59	4.6%	18.1%	41.8%	21.2%	14.3%
2	4,608	339	8.56	266	13.30	354	32.94	4,381	27.67	234	19.36	4,297	11.14	4,380	113.91	4,336	7.02	147	36.76	10.7%	20.2%	34.5%	27.7%	6.8%
3	4,665	751	9.86	660	14.22	595	37.31	4,348	30.68	4,289	21.77	4,321	10.52	4,396	122.12	4,295	8.95	435	41.26	7.8%	23.2%	34.8%	25.0%	9.1%
4	4,691	4,474	12.96	4,449	15.39	4,453	37.70	4,452	33.49	4,359	28.42	4,369	10.03	4,441	130.90	4,357	11.11	3,860	47.14	11.2%	22.4%	29.8%	24.2%	12.5%
5	4,728	4,464	15.48	4,437	17.36	4,468	40.31	4,451	37.62	4,335	36.62	4,306	9.55	4,433	140.47	4,356	13.11	3,886	53.91	12.7%	24.0%	33.2%	22.0%	8.0%
6	4,820	4,551	18.33	4,475	18.53	4,495	41.64	4,463	40.21	4,351	41.22	4,361	9.21	4,452	148.20	4,391	14.72	3,888	58.58	9.9%	26.0%	34.0%	23.6%	6.5%
4~6年 女子合計	14,239	13,489	15.56	13,361	17.07	13,416	39.79	13,366	37.05	13,070	35.56	13,036	9.59	13,326	139.65	13,104	12.95	11,634	53.11	11.8%	24.1%	32.1%	23.0%	9.0%

※合計値は、全種目を実施する4~6年。1~3年を含まない。

種目	性	年度	1年				2年				3年				4年				5年				6年			
			R 4 全国	R 1 京都市	R 4 京都市	R 5 京都市	R 4 全国	R 1 京都市	R 4 京都市	R 5 京都市	R 4 全国	R 1 京都市	R 4 京都市	R 5 京都市	R 4 全国	R 1 京都市	R 4 京都市	R 5 京都市	R 4 全国	R 1 京都市	R 4 京都市	R 5 京都市	R 4 全国	R 1 京都市	R 4 京都市	R 5 京都市
握力 (kg) ＜筋力＞	男子	平均値	9.13	8.58	6.85	6.42	10.76	10.43	7.51	8.94	12.46	12.01	11.04	11.09	14.31	13.95	13.64	13.62	16.73	16.05	15.93	15.79	19.48	18.7	18.71	18.65
		R 5の増減率	↓-29.7%	↓-25.2%	↓-6.3%	-	↓-16.9%	↓-14.3%	↑19.0%	-	↓-11.1%	↓-7.7%	↔0.4%	-	↓-4.9%	↓-2.4%	↔-0.2%	-	↓-5.6%	↓-1.6%	↔-0.9%	-	↓-4.3%	↔-0.3%	↔-0.3%	-
	京都市の推移																									
	女子	平均値	8.52	8.05	6.95	5.61	10.09	9.69	8.95	8.56	11.76	11.32	10.46	9.86	13.88	13.09	12.98	12.96	16.45	15.41	15.66	15.48	18.66	18.37	18.22	18.33
R 5の増減率	↓-34.2%	↓-30.3%	↓-19.3%	-	↓-15.2%	↓-11.7%	↓-4.4%	-	↓-16.1%	↓-12.9%	↓-5.7%	-	↓-6.7%	↔-1.0%	↔-0.2%	-	↓-5.9%	↔0.5%	↔-1.1%	-	↓-1.8%	↔-0.2%	↔0.6%	-		
京都市の推移																										
上体起こし (回) ＜筋力・ 筋持久力＞	男子	平均値	11.82	10.52	11.90	10.66	14.45	13.63	10.47	14.18	16.05	15.21	15.25	15.10	17.96	17.43	16.40	16.50	20.01	18.91	18.21	18.41	21.63	20.82	20.11	20.50
		R 5の増減率	↓-9.8%	↑1.3%	↓-10.4%	-	↔-1.9%	↑4.0%	↑35.4%	-	↓-5.9%	↔-0.7%	↔-1.0%	-	↓-8.1%	↓-5.3%	↔0.6%	-	↓-8.0%	↔-2.7%	↔1.1%	-	↓-5.2%	↔-1.5%	↔2.0%	-
	京都市の推移																									
	女子	平均値	11.77	10.33	11.82	10.61	13.63	13.3	13.03	13.30	15.70	14.93	14.25	14.22	17.27	16.27	15.62	15.39	18.50	17.86	17.09	17.36	19.48	19.19	18.10	18.53
R 5の増減率	↓-9.9%	↔2.7%	↓-10.3%	-	↔-2.4%	↔0.0%	↔2.0%	-	↓-9.5%	↓-4.8%	↔-0.2%	-	↓-10.9%	↓-5.4%	↔-1.5%	-	↓-6.1%	↔-2.8%	↔1.6%	-	↓-4.9%	↓-3.4%	↔2.4%	-		
京都市の推移																										
長座体前屈 (cm) ＜柔軟性＞	男子	平均値	26.56	26.52	28.17	27.73	28.15	28.64	22.43	30.33	29.91	30.72	33.33	33.91	31.97	32.80	33.92	33.99	34.35	34.43	36.16	36.74	36.61	36.76	37.55	37.94
		R 5の増減率	↑4.4%	↑4.5%	↓-1.6%	-	↑7.8%	↑5.9%	↑35.2%	-	↑13.3%	↑10.4%	↔1.7%	-	↑6.3%	↑3.6%	↔0.2%	-	↑7.0%	↑6.7%	↔1.6%	-	↑3.6%	↑3.2%	↔1.0%	-
	京都市の推移																									
	女子	平均値	28.49	28.59	30.07	29.27	30.64	30.45	33.28	32.94	33.08	33.72	36.42	37.31	35.68	36.08	37.50	37.70	37.81	38.32	39.44	40.31	41.14	40.88	41.43	41.64
R 5の増減率	↔2.7%	↔2.4%	↓-2.7%	-	↑7.5%	↑8.2%	↔-1.0%	-	↑12.8%	↑10.6%	↔2.4%	-	↑5.7%	↑4.5%	↔0.5%	-	↑6.6%	↑5.2%	↔2.2%	-	↔1.2%	↔1.9%	↔0.5%	-		
京都市の推移																										
反復横とび (点) ＜敏捷性＞	男子	平均値	27.36	23.89	24.67	24.51	31.10	27.32	28.28	28.66	34.64	31.45	31.85	32.16	38.30	34.74	34.70	35.16	42.73	38.52	38.67	39.39	45.51	41.82	41.81	42.52
		R 5の増減率	↓-10.4%	↔2.6%	↔-0.7%	-	↓-7.8%	↑4.9%	↔1.3%	-	↓-7.2%	↔2.2%	↔1.0%	-	↓-8.2%	↔1.2%	↔1.3%	-	↓-7.8%	↔2.3%	↔1.9%	-	↓-6.6%	↔1.7%	↔1.7%	-
	京都市の推移																									
	女子	平均値	26.88	23.6	24.42	23.81	29.88	26.56	27.21	27.67	33.34	30.03	30.25	30.68	36.89	33.18	33.29	33.49	39.93	36.94	37.06	37.62	42.15	39.71	39.81	40.21
R 5の増減率	↓-11.4%	↔0.9%	↔-2.5%	-	↓-7.4%	↑4.2%	↔1.7%	-	↓-8.0%	↔2.2%	↔1.4%	-	↓-9.2%	↔0.9%	↔0.6%	-	↓-5.8%	↔1.8%	↔1.5%	-	↓-4.6%	↔1.3%	↔1.0%	-		
京都市の推移																										
20m シャトルラン (折り返し数) ＜全身持久力＞	男子	平均値	18.11	14.54	15.89	12.64	27.70	25.65	21.42	24.11	35.17	30.39	29.10	29.62	42.79	40.71	37.07	38.88	51.19	48.97	43.50	47.53	57.46	57.4	52.56	54.86
		R 5の増減率	↓-30.2%	↓-13.1%	↓-20.4%	-	↓-13.0%	↓-6.0%	↑12.6%	-	↓-15.8%	↔-2.5%	↔1.8%	-	↓-9.1%	↓-4.5%	↑4.9%	-	↓-7.2%	↓-2.9%	↑9.3%	-	↓-4.5%	↓-4.4%	↑4.4%	-
	京都市の推移																									
	女子	平均値	15.60	12.91	13.65	11.72	21.59	19.89	15.97	19.36	27.77	23.14	21.87	21.77	33.98	31.34	27.96	28.42	40.44	39.32	34.43	36.62	45.08	45.87	40.02	41.22
R 5の増減率	↓-24.8%	↓-9.2%	↓-14.1%	-	↓-10.3%	↔-2.6%	↑21.2%	-	↓-21.6%	↓-5.9%	↔-0.5%	-	↓-16.4%	↓-9.3%	↔1.6%	-	↓-9.4%	↓-6.9%	↔6.4%	-	↓-8.6%	↓-10.1%	↔3.0%	-		
京都市の推移																										
50m走 (秒) ＜スピード＞	男子	平均値	11.47	11.77	11.71	11.79	10.59	10.78	10.73	10.71	10.13	10.11	10.22	10.13	9.70	9.62	9.73	9.72	9.30	9.24	9.37	9.28	8.94	8.83	8.96	8.96
		R 5の増減率	↔-2.7%	↔-0.2%	↔-0.7%	-	↔-1.1%	↔0.6%	↔0.2%	-	↔-0.1%	↔-0.2%	↔0.8%	-	↔-0.2%	↔-1.0%	↔0.1%	-	↔0.1%	↔-0.5%	↔0.9%	-	↔-0.2%	↔-1.5%	↔0.0%	-
	京都市の推移																									
	女子	平均値	11.77	12.11	12.06	12.15	10.95	11.11	11.09	11.14	10.42	10.48	10.57	10.52	10.00	9.95	10.01	10.03	9.57	9.49	9.59	9.55	9.26	9.12	9.24	9.21
R 5の増減率	↓-3.1%	↔-0.3%	↔-0.7%	-	↔-1.7%	↔-0.3%	↔-0.4%	-	↔-1.0%	↔-0.4%	↔0.4%	-	↔-0.3%	↔-0.8%	↔-0.2%	-	↔0.2%	↔-0.7%	↔0.4%	-	↔0.5%	↔-1.0%	↔0.3%	-		
京都市の推移																										
立ち幅とび (cm) ＜筋パワー＞	男子	平均値	116.98	107.95	109.98	109.81	127.41	119.69	121.29	122.05	136.59	130.74	131.82	131.21	145.25	140.33	139.52	139.38	156.04	148.54	148.96	148.56	166.14	157.26	158.16	160.12
		R 5の増減率	↓-6.1%	↔1.7%	↔-0.2%	-	↓-4.2%	↔2.0%	↔0.6%	-	↓-3.9%	↔0.4%	↔-0.5%	-	↓-4.0%	↔-0.7%	↔-0.1%	-	↓-4.8%	↔0.0%	↔-0.3%	-	↓-3.6%	↔1.8%	↔1.2%	-
	京都市の推移																									
	女子	平均値	108.42	100.65	102.61	101.21	119.62	111.49	113.16	113.91	128.26	122.03	123.64	122.12	137.98	132.05	131.89	130.90	148.68	141.58	142.05	140.47	154.71	147.59	147.14	148.20
R 5の増減率	↓-6.7%	↔0.6%	↔-1.4%	-	↓-4.8%	↔2.2%	↔0.7%	-	↓-4.8%	↔0.1%	↔-1.2%	-	↓-5.1%	↔-0.9%	↔-0.8%	-	↓-5.5%	↔-0.8%	↔-1.1%	-	↓-4.2%	↔0.4%	↔0.7%	-		
京都市の推移																										
ソフトボール投げ (m) ＜巧緻性・ 筋パワー＞	男子	平均値	8.27	7.54	7.63	7.44	11.38	10.96	10.63	10.88	14.98	14.73	13.96	14.32	18.17	18.38	17.47	17.73	21.88	21.63	20.50	20.82	25.39	25.24	24.02	24.03
		R 5の増減率	↓-10.0%	↔-1.3%	↔-2.5%	-	↓-4.4%	↔-0.7%	↔2.4%	-	↓-4.4%	↔-2.8%	↔2.6%	-	↔-2.4%	↓-3.5%	↔1.5%	-	↓-4.9%	↔-3.7%	↔1.6%	-	↓-5.4%	↔-4.8%	↔0.0%	-
	京都市の推移																									
	女子	平均値	5.63	5.29	5.67	5.25	7.37	7.08	7.08	7.02	9.33	9.09	8.99	8.95	11.53	11.20	10.97	11.11	13.42	13.31	12.98	13.11	15.22	15.2	14.54	14.72
R 5の増減率	↓-6.7%	↓-0.8%	↓-7.4%	-	↓-4.8%	↔-0.9%	↔-0.9%	-	↓-4.1%	↔-1.6%	↔-0.5%	-	↓-3.6%	↔-0.8%	↔1.3%	-	↔-2.3%	↔-1.5%	↔1.0%	-	↓-3.3%	↔-3.2%	↔1.2%	-		
京都市の推移																										
合計点	男子	平均値												48.98	47.18	46.36	46.86	55.36	52.52	51.76	53.04	60.26	58.07	57.33	58.49	
		R 5の増減率													↓-4.3%	↔-0.7%	↔1.1%	-	↓-4.2%	↔1.0%	↔2.5%	-	↓-2.9%	↔0.7%	↔2.0%	-
	京都市の推移																									