

令和5年度 京都市「新体力テスト」【結果】 < 高 等 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1・2年の合計点で上昇傾向だが、女子は低下。
- ・ 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、下回る種目が多いが、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。

— 結果概要 —

1. 実施内容等について

■ 実施種目

8種目	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	※20mシャトルラン/持久走	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
(運動能力)	(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)

※20mシャトルラン／持久走どちらかを選択。(全ての学校が20mシャトルランを選択のため、本資料には20mシャトルランの結果を記載)

■ 人数(標本数)及び平均値 … 別紙1「学年別一覧」を参照。

2. 前年度(令和4年度)本市調査との比較

- ・ 合計点は、男子の1・2年において令和4年度より上昇傾向。女子は低下が見られる。
- ・ 種目ごとに見ると、男女とも50m走(スピード)が低下しており、女子の1・2年は、7／8種目が低下。

< 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	1年	2年	3年
握力	1.0%	0.7%	3.4%	▲0.9%	▲1.7%	0.5%
上体起こし	1.6%	0.4%	0.0%	▲0.3%	▲1.0%	1.4%
長座体前屈	4.1%	1.4%	0.5%	▲2.9%	▲0.6%	1.9%
反復横とび	1.0%	3.8%	▲0.7%	▲0.5%	0.5%	0.6%
20mシャトルラン	1.6%	1.5%	▲2.5%	▲2.7%	▲2.4%	0.4%
50m走	▲0.4%	▲0.8%	▲0.4%	▲3.5%	▲0.4%	▲0.1%
立ち幅とび	▲1.2%	1.7%	2.6%	▲3.8%	▲0.8%	0.7%
ボール投げ	2.5%	1.6%	1.1%	1.2%	▲2.6%	▲2.9%
合計点	1.1%	1.9%	▲0.6%	▲2.0%	▲1.8%	▲0.6%

3. スポーツ庁「体力・運動能力調査」(令和4年度)との比較

- ・ 男子・女子とも、合計値は全国値を下回る。
- ・ 全国値を上回る種目として、昨年度同様に、20mシャトルラン(全身持久力)、50m走(スピード)のほか、反復横とび(俊敏性)も2年男子・3年女子で上回っている。なお、長座体前屈(柔軟性)は、これまで一部学年で上回ることが多い種目であったが、男子・女子とも全学年で下回り、低下傾向。
- ・ 低さが目立つ種目は、握力(筋力)と上体起こし(筋力・持久力)、ボール投げ(巧緻性・筋パワー)。

<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	1年	2年	3 年
握力	▲5.0%	▲5.3%	▲5.4%	▲7.0%	▲6.3%	▲6.5%
上体起こし	▲3.5%	▲5.6%	▲7.0%	▲4.7%	▲6.4%	▲4.8%
長座体前屈	▲2.7%	▲1.2%	▲3.9%	▲2.7%	▲2.8%	▲3.1%
反復横とび	▲0.0%	2.2%	▲1.1%	▲0.6%	▲0.1%	0.2%
20mシャトルラン	4.4%	0.3%	▲1.6%	▲1.3%	0.2%	1.4%
50m走	3.2%	2.8%	2.1%	▲1.1%	1.4%	1.9%
立ち幅とび	▲1.6%	▲0.8%	▲0.5%	▲4.2%	▲3.6%	▲2.6%
ボール投げ	▲2.3%	▲6.3%	▲6.9%	▲4.8%	▲8.4%	▲8.0%
合計点	▲0.8%	▲2.4%	▲4.9%	▲3.0%	▲5.0%	▲4.1%

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）	コロナ禍を機に低下。全国値より低く、差がある種目の1つ。
上体起こし(筋力・筋持久力)	コロナ禍を機に低下。全国値より低く、差がある種目の1つ。
長座体前屈(柔軟性)	低下傾向。全国値を下回る。
反復横とび(敏捷性)	上昇傾向。男子2年、女子3年で全国値を上回る。
20mシャトルラン(全身持久力)	上昇傾向。男子1・2年、女子2・3年で全国値を上回る。
50m走（スピード）	ほぼ横ばい。女子1年は全国値を下回る。
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。全国値より低く、差がある種目の1つ。

5. 他校種の傾向

【小学校】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、（長座体前屈を除く）ほぼ全ての種目が全国平均を下回る。

【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。

6. 今後について

全市で体力向上を目指すため、下記の実組を有効活用してください。

- ・ ICT を活用した体力向上（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 京都市新体カテスト 学年別平均

高等学校男子

学年	調査対象数	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		持久走(秒)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)		ハンドボール投げ(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	標本数	平均値	A	B	C	D	E
1	797	705	34.81	704	27.03	704	46.59	699	55.38	0		694	84.92	697	7.28	699	214.82	700	22.90	679	48.94	10.8%	25.5%	36.6%	18.4%	8.7%
2	814	753	36.70	757	28.29	749	48.66	742	58.60	0		737	90.60	739	7.09	741	223.91	743	23.48	701	52.48	16.6%	30.1%	33.5%	14.3%	5.5%
3	810	763	38.68	689	29.08	758	49.77	728	57.82	0		751	90.25	745	7.07	753	228.85	756	24.41	628	53.76	18.1%	29.9%	32.7%	16.8%	2.6%
4	22	20	37.95	19	18.89	20	35.65	19	50.42	0		19	54.05	18	8.02	20	209.60	20	21.05	18	38.56	0.0%	0.0%	44.4%	27.8%	27.8%
男子合計	2,443	2,241	36.70	2,169	28.03	2,231	48.18	2,188	57.21	0		2,201	88.23	2,199	7.15	2,213	222.13	2,219	23.56	2,026	51.58	13.6%	25.6%	35.3%	17.6%	7.8%

高等学校女子

学年	調査対象数	握力(kg)		上体起こし(回)		長座体前屈(cm)		反復横とび(点)		持久走(秒)		20mシャトルラン(回)		50m走(秒)		立ち幅とび(cm)		ハンドボール投げ(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	標本数	平均値	A	B	C	D	E
1	940	796	23.67	791	21.31	796	46.48	790	47.42	0		781	47.97	779	9.05	795	165.26	784	12.97	748	48.47	14.3%	22.1%	34.9%	20.8%	7.9%
2	900	789	24.60	773	22.27	786	48.44	781	48.68	0		779	51.15	775	8.71	784	169.17	783	13.29	736	50.42	13.8%	25.9%	32.6%	22.8%	4.9%
3	838	767	24.98	762	23.18	761	48.95	753	49.00	0		736	51.24	747	8.72	755	169.41	753	13.44	700	51.03	12.7%	23.5%	36.6%	22.7%	4.4%
4	4	3	22.00	3	19.67	3	58.00	3	41.67	0		3	24.33	2	11.85	3	141.33	2	16.00	2	41.00	0.0%	50.0%	0.0%	50.0%	0.0%
女子合計	2,682	2,355	24.42	2,329	22.25	2,346	47.99	2,327	48.36	0		2,299	50.14	2,303	8.81	2,337	168.02	2,322	13.23	2,185	50.00	12.2%	26.5%	31.3%	24.9%	5.2%

種目	性	年度	1年				2年				3年			
			R4全国	R1京都市	R4京都市	R5京都市	R4全国	R1京都市	R4京都市	R5京都市	R4全国	R1京都市	R4京都市	R5京都市
握力 (kg) ＜筋力＞	男子	平均値	36.63	35.38	34.46	34.81	38.76	37.49	36.44	36.70	40.88	39.12	37.39	38.68
		R5の増減率	↓ -5.0%	↓ -1.6%	↗ 1.0%	—	↓ -5.3%	↓ -2.1%	↗ 0.7%	—	↓ -5.4%	↓ -1.1%	↗ 3.4%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	25.45	24.67	23.89	23.67	26.26	25.15	25.03	24.60	26.71	25.32	24.85	24.98
		R5の増減率	↓ -7.0%	↓ -4.1%	↗ -0.9%	—	↓ -6.3%	↓ -2.2%	↗ -1.7%	—	↓ -6.5%	↓ -1.4%	↗ 0.5%	—
		京都市の推移												
上体起こし (回) ＜筋力・ 筋持久力＞	男子	平均値	28.02	29.05	26.62	27.03	29.95	31.08	28.18	28.29	31.28	31.93	29.07	29.08
		R5の増減率	↓ -3.5%	↓ -6.9%	↗ 1.6%	—	↓ -5.6%	↓ -9.0%	↗ 0.4%	—	↓ -7.0%	↓ -8.9%	↗ 0.0%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	22.35	23.79	21.38	21.31	23.79	24.91	22.50	22.27	24.36	24.43	22.85	23.18
		R5の増減率	↓ -4.7%	↓ -10.4%	↗ -0.3%	—	↓ -6.4%	↓ -10.6%	↗ -1.0%	—	↓ -4.8%	↓ -5.1%	↗ 1.4%	—
		京都市の推移												
長座体前屈 (cm) ＜柔軟性＞	男子	平均値	47.89	48.45	44.75	46.59	49.25	48.07	47.99	48.66	51.79	49.62	49.54	49.77
		R5の増減率	↗ -2.7%	↓ -3.8%	↗ 4.1%	—	↗ -1.2%	↗ 1.2%	↗ 1.4%	—	↓ -3.9%	↗ 0.3%	↗ 0.5%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	47.79	47.06	47.88	46.48	49.85	48.32	48.75	48.44	50.50	47.98	48.02	48.95
		R5の増減率	↗ -2.7%	↗ -1.2%	↓ -2.9%	—	↗ -2.8%	↗ 0.2%	↗ -0.6%	—	↓ -3.1%	↗ 2.0%	↗ 1.9%	—
		京都市の推移												
反復横とび (点) ＜敏捷性＞	男子	平均値	55.40	55.86	54.85	55.38	57.33	57.41	56.48	58.60	58.48	58.65	58.25	57.82
		R5の増減率	↗ 0.0%	↗ -0.9%	↗ 1.0%	—	↗ 2.2%	↗ 2.1%	↗ 3.8%	—	↗ -1.1%	↗ -1.4%	↗ -0.7%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	47.70	48.08	47.64	47.42	48.73	46.95	48.42	48.68	48.92	49.14	48.70	49.00
		R5の増減率	↗ -0.6%	↗ -1.4%	↗ -0.5%	—	↗ -0.1%	↗ 3.7%	↗ 0.5%	—	↗ 0.2%	↗ -0.3%	↗ 0.6%	—
		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	81.31	91.77	83.57	84.92	90.31	96.41	89.26	90.60	91.69	95.13	92.57	90.25
		R5の増減率	↗ 4.4%	↓ -7.5%	↗ 1.6%	—	↗ 0.3%	↓ -6.0%	↗ 1.5%	—	↗ -1.6%	↓ -5.1%	↗ -2.5%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	48.61	53.61	49.29	47.97	51.03	55.78	52.40	51.15	50.52	56.31	51.03	51.24
		R5の増減率	↗ -1.3%	↓ -10.5%	↗ -2.7%	—	↗ 0.2%	↓ -8.3%	↗ -2.4%	—	↗ 1.4%	↓ -9.0%	↗ 0.4%	—
		京都市の推移												
50m走 (秒) ＜スピード＞	男子	平均値	7.51	7.25	7.25	7.28	7.29	7.05	7.03	7.09	7.22	6.97	7.04	7.07
		R5の増減率	↗ 3.2%	↗ -0.4%	↗ -0.4%	—	↗ 2.8%	↗ -0.5%	↗ -0.8%	—	↗ 2.1%	↗ -1.4%	↗ -0.4%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	8.94	8.72	8.73	9.05	8.83	8.60	8.68	8.71	8.88	8.64	8.71	8.72
		R5の増減率	↗ -1.1%	↓ -3.6%	↓ -3.5%	—	↗ 1.4%	↗ -1.3%	↗ -0.4%	—	↗ 1.9%	↗ -0.9%	↗ -0.1%	—
		京都市の推移												
立ち幅とび (cm) ＜筋パワー＞	男子	平均値	218.41	217.43	217.40	214.82	225.66	222.30	220.11	223.91	230.06	227.15	223.15	228.85
		R5の増減率	↗ -1.6%	↗ -1.2%	↗ -1.2%	—	↗ -0.8%	↗ 0.7%	↗ 1.7%	—	↗ -0.5%	↗ 0.7%	↗ 2.6%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	172.47	170.93	171.72	165.26	175.43	172.48	170.56	169.17	174.02	173.61	168.23	169.41
		R5の増減率	↓ -4.2%	↓ -3.3%	↓ -3.8%	—	↓ -3.6%	↗ -1.9%	↗ -0.8%	—	↗ -2.6%	↗ -2.4%	↗ 0.7%	—
		京都市の推移												
ハンドボール投 げ (m) ＜巧緻性・ 筋パワー＞	男子	平均値	23.45	23.74	22.34	22.90	25.07	24.40	23.10	23.48	26.22	25.36	24.15	24.41
		R5の増減率	↗ -2.3%	↓ -3.5%	↗ 2.5%	—	↓ -6.3%	↓ -3.8%	↗ 1.6%	—	↓ -6.9%	↓ -3.7%	↗ 1.1%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	13.62	13.23	12.81	12.97	14.51	14.08	13.65	13.29	14.61	13.92	13.84	13.44
		R5の増減率	↓ -4.8%	↗ -2.0%	↗ 1.2%	—	↓ -8.4%	↓ -5.6%	↗ -2.6%	—	↓ -8.0%	↓ -3.4%	↗ -2.9%	—
		京都市の推移												
合計点	男子	平均値	49.32	50.90	48.40	48.94	53.76	54.35	51.52	52.48	56.51	56.62	54.08	53.76
		R5の増減率	↗ -0.8%	↓ -3.9%	↗ 1.1%	—	↗ -2.4%	↓ -3.4%	↗ 1.9%	—	↓ -4.9%	↓ -5.0%	↗ -0.6%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	49.97	50.83	49.46	48.47	53.06	52.65	51.32	50.42	53.21	52.85	51.33	51.03
		R5の増減率	↓ -3.0%	↓ -4.6%	↗ -2.0%	—	↓ -5.0%	↓ -4.2%	↗ -1.8%	—	↓ -4.1%	↓ -3.4%	↗ -0.6%	—
		京都市の推移												