

令和6年度 京都市「新体力テスト」【結果】

< 小 学 校 >

- ・ 令和6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・女子とも合計点で低下傾向(4年男子を除く)。5年生女子は、全ての種目で低下がみられる。
- ・ スポーツ庁「体力・運動能力調査」の令和5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。

— 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。4～6年は全種目実施。

学年・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	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
運動能力	筋力	筋力・筋持久力	柔軟性	敏捷性	全身持久力	スピード・走能力	筋パワー・跳能力	筋パワー・投能力・巧み性
1年						○	○	
2年				○		○	○	○
3年				○	○	○	○	
4～6年	○	○	○	○	○	○	○	○

■ 人数(標本数)及び平均値 … 別紙1「学年別平均」を参照。

2. 前年度(令和5年度)本市調査との比較

- ・ 合計点は、男女とも令和5年度より低下傾向(4年男子を除く)。とくに、5年女子は全種目で低下(合計点▲1.9%)。
- ・ 握力(筋力)、立ち幅とび(筋パワー・跳能力)は前年度に引き続き、課題の種目。20mシャトルラン(全身持久力)は、3年女子・5年女子で比較的大きな低下がみられる。

< 令和5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				0.3%	▲1.2%	▲1.8%				▲1.6%	▲1.2%	▲1.7%
上体起こし				1.9%	1.5%	▲1.3%				▲0.7%	▲1.0%	▲0.5%
長座体前屈				2.7%	▲3.1%	1.0%				0.4%	▲2.1%	0.9%
反復横とび		▲1.5%	▲0.5%	▲0.1%	1.1%	0.2%		▲2.9%	▲2.1%	▲1.1%	▲0.5%	▲0.1%
20mシャトルラン			▲1.2%	0.4%	▲0.2%	▲0.6%			▲4.3%	▲0.7%	▲4.3%	▲1.4%
50m走	0.0%	▲0.7%	▲0.5%	0.1%	▲0.5%	▲1.3%	0.1%	▲0.8%	▲0.8%	▲0.9%	▲1.0%	▲1.2%
立ち幅とび	▲1.4%	▲1.5%	▲1.0%	0.2%	▲0.4%	▲0.9%	▲0.4%	▲1.9%	▲0.9%	▲0.5%	▲0.7%	▲0.7%
ボール投げ		1.8%	2.6%	1.3%	2.5%	2.2%		0.1%	▲0.4%	0.0%	▲1.7%	▲2.0%
合計点				0.8%	▲0.7%	▲1.0%				▲0.9%	▲1.9%	▲1.1%

3. スポーツ庁「体力・運動能力調査」(令和5年度)との比較

- ・ 長座体前屈(柔軟性)は全国値を上回る(他種目は全て全国値を下回る)。
- ・ 男女とも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)、上体起こし(筋力・筋持久力)、握力(筋力)。
- ・ 上記は、近年同様の傾向が続いている。

<令和5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				▲ 5.3%	▲ 6.7%	▲ 8.0%				▲ 9.0%	▲ 7.7%	▲ 6.9%
上体起こし				▲ 6.1%	▲ 6.3%	▲ 8.3%				▲ 11.8%	▲ 9.0%	▲ 7.3%
長座体前屈				10.6%	5.8%	5.9%				7.4%	2.8%	2.7%
反復横とび		▲ 9.3%	▲ 7.3%	▲ 8.7%	▲ 5.5%	▲ 6.4%		▲ 10.6%	▲ 9.5%	▲ 9.9%	▲ 7.3%	▲ 5.9%
20mシャトルラン			▲ 17.5%	▲ 11.1%	▲ 5.9%	▲ 8.3%			▲ 24.1%	▲ 14.8%	▲ 12.9%	▲ 8.6%
50m走	▲ 3.1%	▲ 1.3%	▲ 0.6%	▲ 0.0%	0.1%	▲ 2.4%	▲ 2.8%	▲ 2.1%	▲ 1.3%	▲ 1.5%	▲ 0.9%	▲ 1.2%
立ち幅とび	▲ 7.7%	▲ 5.6%	▲ 4.3%	▲ 3.3%	▲ 4.3%	▲ 4.9%	▲ 7.1%	▲ 5.2%	▲ 5.3%	▲ 5.3%	▲ 5.3%	▲ 5.2%
ボール投げ		▲ 6.1%	▲ 1.3%	▲ 2.7%	▲ 2.4%	▲ 4.8%		▲ 7.4%	▲ 5.5%	▲ 6.0%	▲ 6.5%	▲ 8.5%
合計点				▲ 3.6%	▲ 3.8%	▲ 4.9%				▲ 7.0%	▲ 6.1%	▲ 4.8%

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)	全国値を大きく下回る種目の1つ。低下傾向(4年男子を除く)。
上体起こし(筋力・筋持久力)	全国値を大きく下回る種目の1つ。女子は低下傾向。
長座体前屈(柔軟性)	すべての学年で全国値を上回る。
反 復 横 と び (敏 捷 性)	全国値を大きく下回る種目の1つ。女子は低下傾向。
20mシャトルラン(全身持久力)	全国値を大きく下回る種目の1つ。低下傾向(4年男子を除く)。
50m走(スピード・走能力)	5年男子は全国値を上回る。
立ち幅とび(筋パワー・跳能力)	全国値より低い。低下傾向(4年男子を除く)。
ボール投げ(筋パワー・投能力・巧み性)	全国値より低い。男子は上昇、女子は低下。

5. 他校種の傾向

【中学校】男女とも前年度から引き続き、合計点で上昇傾向。

全国値と比較すると、(3年男子の50m走を除く)ほぼ全ての種目が全国値を下回る。

【高 校】男女とも合計点で上昇傾向(2年男子を除く)。

全国値と比較すると下回る種目が多いが、女子は、20mシャトルラン(全身持久力)、50m走(スピード・走能力)で上回る。

6. 今後について

全市で体力向上を目指すため、下記の実践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」
- ・政府統計ポータルサイト「e-Stat」

令和6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	4,554	252	7.42	164	11.20	256	28.65	231	25.23	131	12.98	4,320	11.79	4,216	108.29	414	7.39	145	26.33	6.3%	17.2%	30.0%	14.1%	32.3%
2	4,761	238	9.62	163	13.01	297	28.72	4,323	28.23	120	19.72	4,479	10.79	4,442	120.23	4,445	11.08	111	32.13	5.3%	21.7%	22.7%	29.9%	20.4%
3	5,071	727	12.03	609	16.54	807	31.93	4,719	31.98	4,668	29.25	4,757	10.18	4,743	129.89	4,752	14.69	492	42.50	8.0%	22.3%	31.9%	19.1%	18.6%
4	4,882	4,500	13.66	4,435	16.82	4,453	34.90	4,491	35.12	4,362	39.03	4,467	9.70	4,444	139.67	4,473	17.97	3,777	47.21	10.3%	23.3%	29.4%	23.1%	14.0%
5	5,039	4,675	15.61	4,640	18.69	4,663	35.59	4,656	39.81	4,554	47.42	4,601	9.33	4,634	147.98	4,646	21.35	4,102	52.66	10.2%	21.5%	32.9%	23.9%	11.5%
6	5,026	4,636	18.30	4,596	20.24	4,588	38.33	4,587	42.62	4,464	54.54	4,503	9.08	4,572	158.61	4,552	24.56	4,001	57.88	9.6%	23.8%	31.9%	24.0%	10.7%
4～6年 男子合計	14,947	13,811	15.87	13,671	18.59	13,704	36.29	13,734	39.20	13,380	47.05	13,571	9.37	13,650	148.70	13,673	21.29	11,880	52.58	10.0%	22.8%	31.4%	23.8%	12.0%

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	4,326	229	7.07	154	10.48	235	31.18	209	25.12	124	12.19	4,147	12.13	4,058	100.79	347	5.66	143	25.83	3.7%	20.3%	23.0%	25.8%	27.3%
2	4,513	247	8.94	175	12.37	294	31.64	4,200	26.88	139	16.32	4,331	11.23	4,279	111.75	4,297	7.02	134	33.58	5.2%	10.9%	39.1%	33.9%	11.0%
3	4,598	579	10.98	516	15.22	664	35.28	4,338	30.02	4,271	20.82	4,382	10.61	4,337	121.01	4,320	8.91	446	41.75	9.9%	19.8%	32.0%	23.3%	15.0%
4	4,665	4,365	12.75	4,299	15.28	4,329	37.85	4,324	33.12	4,264	28.23	4,348	10.12	4,301	130.29	4,310	11.12	3,721	46.70	9.5%	21.6%	30.5%	25.0%	13.4%
5	4,674	4,426	15.29	4,408	17.19	4,424	39.45	4,416	37.44	4,322	35.05	4,372	9.65	4,406	139.52	4,412	12.88	3,928	52.87	12.4%	21.0%	33.7%	23.3%	9.6%
6	4,739	4,439	18.01	4,481	18.44	4,404	42.02	4,370	40.15	4,281	40.63	4,285	9.32	4,346	147.12	4,322	14.42	3,814	57.96	8.1%	26.9%	32.9%	24.1%	8.0%
4～6年 女子合計	14,078	13,230	15.35	13,188	16.99	13,157	39.82	13,110	36.92	12,867	34.64	13,005	9.70	13,053	139.04	13,044	12.83	11,463	52.57	10.2%	23.1%	32.3%	24.1%	10.2%

※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 5 全国	R 4 京都市	R 5 京都市	R 6 京都市	R 5 全国	R 4 京都市	R 5 京都市	R 6 京都市	R 5 全国	R 4 京都市	R 5 京都市	R 6 京都市	R 5 全国	R 4 京都市	R 5 京都市	R 6 京都市	R 5 全国	R 4 京都市	R 5 京都市	R 6 京都市	R 5 全国	R 4 京都市	R 5 京都市	R 6 京都市
握力 (kg) ＜筋力＞	男子	平均値	9.17	6.85	6.42	7.42	10.83	7.51	8.94	9.62	12.51	11.04	11.09	12.03	14.43	13.64	13.62	13.66	16.72	15.93	15.79	15.61	19.88	18.71	18.65	18.30
		R 6 の増減率	↓-19.1%	↑8.4%	↑15.6%	—	↓-11.2%	↑28.1%	↑7.6%	—	↓-3.8%	↑9.0%	↑8.6%	—	↓-5.3%	↑0.2%	↑0.3%	—	↓-6.7%	↑-2.0%	↑-1.2%	—	↓-8.0%	↑-2.2%	↑-1.8%	—
	女子	平均値	8.56	6.95	5.61	7.07	10.16	8.95	8.56	8.94	11.89	10.46	9.86	10.98	14.02	12.98	12.96	12.75	16.56	15.66	15.48	15.29	19.36	18.22	18.33	18.01
		R 6 の増減率	↓-17.5%	↑1.7%	↑26.0%	—	↓-12.0%	↑-0.1%	↑4.4%	—	↓-7.6%	↑5.0%	↑11.4%	—	↓-9.0%	↑-1.7%	↑-1.6%	—	↓-7.7%	↑-2.4%	↑-1.2%	—	↓-6.9%	↑-1.1%	↑-1.7%	—
上体起こし (回) ＜筋力・ 筋持久力＞	男子	平均値	11.47	11.90	10.66	11.20	14.40	10.47	14.18	13.01	15.82	15.25	15.10	16.54	17.91	16.40	16.50	16.82	19.95	18.21	18.41	18.69	22.07	20.11	20.50	20.24
		R 6 の増減率	↑-2.3%	↓-5.9%	↑5.1%	—	↓-9.6%	↑24.3%	↓-8.2%	—	↑4.5%	↑8.5%	↑9.5%	—	↓-6.1%	↑2.5%	↑1.9%	—	↓-6.3%	↑2.6%	↑1.5%	—	↓-8.3%	↑0.6%	↑-1.3%	—
	女子	平均値	11.07	11.82	10.61	10.48	13.69	13.03	13.30	12.37	15.24	14.25	14.22	15.22	17.32	15.62	15.39	15.28	18.89	17.09	17.36	17.19	19.89	18.10	18.53	18.44
		R 6 の増減率	↓-5.4%	↓-11.4%	↑-1.2%	—	↓-9.6%	↓-5.1%	↓-7.0%	—	↓-0.1%	↑6.8%	↑7.0%	—	↓-11.8%	↑-2.2%	↑-0.7%	—	↓-9.0%	↑0.6%	↑-1.0%	—	↓-7.3%	↑1.9%	↑-0.5%	—
長座体前屈 (cm) ＜柔軟性＞	男子	平均値	26.70	28.17	27.73	28.65	28.14	22.43	30.33	28.72	29.36	33.33	33.91	31.93	31.55	33.92	33.99	34.90	33.63	36.16	36.74	35.59	36.20	37.55	37.94	38.33
		R 6 の増減率	↑7.3%	↑1.7%	↑3.3%	—	↑2.1%	↑28.0%	↓-5.3%	—	↑8.8%	↓-4.2%	↓-5.8%	—	↑10.6%	↑2.9%	↑2.7%	—	↑5.8%	↑-1.6%	↓-3.1%	—	↑5.9%	↑2.1%	↑1.0%	—
	女子	平均値	28.87	30.07	29.27	31.18	30.78	33.28	32.94	31.64	32.51	36.42	37.31	35.28	35.23	37.50	37.70	37.85	38.40	39.44	40.31	39.45	40.92	41.43	41.64	42.02
		R 6 の増減率	↑8.0%	↑3.7%	↑6.5%	—	↑2.8%	↓-4.9%	↓-3.9%	—	↑8.5%	↓-3.1%	↓-5.4%	—	↑7.4%	↑0.9%	↑0.4%	—	↑2.8%	↑0.0%	↑-2.1%	—	↑2.7%	↑1.4%	↑0.9%	—
反復横とび (点) ＜敏捷性＞	男子	平均値	27.65	24.67	24.51	25.23	31.12	28.28	28.66	28.23	34.51	31.85	32.16	31.98	38.47	34.70	35.16	35.12	42.13	38.67	39.39	39.81	45.55	41.81	42.52	42.62
		R 6 の増減率	↓-8.7%	↑2.3%	↑3.0%	—	↓-9.3%	↑-0.2%	↑-1.5%	—	↓-7.3%	↑0.4%	↑-0.5%	—	↓-8.7%	↑1.2%	↑-0.1%	—	↓-5.5%	↑2.9%	↑1.1%	—	↓-6.4%	↑1.9%	↑0.2%	—
	女子	平均値	26.92	24.42	23.81	25.12	30.07	27.21	27.67	26.88	33.19	30.25	30.68	30.02	36.76	33.29	33.49	33.12	40.37	37.06	37.62	37.44	42.66	39.81	40.21	40.15
		R 6 の増減率	↓-6.7%	↑2.9%	↑5.5%	—	↓-10.6%	↑-1.2%	↑-2.9%	—	↓-9.5%	↑-0.8%	↑-2.1%	—	↓-9.9%	↑-0.5%	↑-1.1%	—	↓-7.3%	↑1.0%	↑-0.5%	—	↓-5.9%	↑0.8%	↑-0.1%	—
20m シャトルラン (折り返し数) ＜全身持久力＞	男子	平均値	18.97	15.89	12.64	12.98	28.01	21.42	24.11	19.72	35.44	29.10	29.62	29.25	43.91	37.07	38.88	39.03	50.40	43.50	47.53	47.42	59.46	52.56	54.86	54.54
		R 6 の増減率	↓-31.6%	↓-18.3%	↑2.7%	—	↓-29.6%	↓-8.0%	↓-18.2%	—	↓-17.5%	↑0.5%	↑-1.2%	—	↓-11.1%	↑5.3%	↑0.4%	—	↓-5.9%	↑9.0%	↑-0.2%	—	↓-8.3%	↑3.8%	↑-0.6%	—
	女子	平均値	15.70	13.65	11.72	12.19	20.93	15.97	19.36	16.32	27.43	21.87	21.77	20.82	33.12	27.96	28.42	28.23	40.24	34.43	36.62	35.05	44.43	40.02	41.22	40.63
		R 6 の増減率	↓-22.3%	↓-10.7%	↑4.0%	—	↓-22.1%	↑2.2%	↓-15.7%	—	↓-24.1%	↓-4.8%	↓-4.3%	—	↓-14.8%	↑1.0%	↑-0.7%	—	↓-12.9%	↑1.8%	↑-4.3%	—	↓-8.6%	↑1.5%	↑-1.4%	—
50m走 (秒) ＜スピード＞	男子	平均値	11.43	11.71	11.79	11.79	10.65	10.73	10.71	10.79	10.12	10.22	10.13	10.18	9.70	9.73	9.72	9.70	9.34	9.37	9.28	9.33	8.85	8.96	8.96	9.08
		R 6 の増減率	↓-3.1%	↑-0.7%	↑0.0%	—	↑-1.3%	↑-0.6%	↑-0.7%	—	↑-0.6%	↑0.4%	↑-0.5%	—	↑0.0%	↑0.3%	↑0.1%	—	↑0.1%	↑0.5%	↑-0.5%	—	↑-2.4%	↑-1.3%	↑-1.3%	—
	女子	平均値	11.79	12.06	12.15	12.13	10.99	11.09	11.14	11.23	10.48	10.57	10.52	10.61	9.97	10.01	10.03	10.12	9.56	9.59	9.55	9.65	9.21	9.24	9.21	9.32
		R 6 の増減率	↑-2.8%	↑-0.6%	↑0.1%	—	↑-2.1%	↑-1.2%	↑-0.8%	—	↑-1.3%	↑-0.4%	↑-0.8%	—	↑-1.5%	↑-1.1%	↑-0.9%	—	↑-0.9%	↑-0.6%	↑-1.0%	—	↑-1.2%	↑-0.9%	↑-1.2%	—
立ち幅とび (cm) ＜筋パワー＞	男子	平均値	117.36	109.98	109.81	108.29	127.40	121.29	122.05	120.23	135.68	131.82	131.21	129.89	144.48	139.52	139.38	139.67	154.62	148.96	148.56	147.98	166.70	158.16	160.12	158.61
		R 6 の増減率	↓-7.7%	↑-1.5%	↑-1.4%	—	↓-5.6%	↑-0.9%	↑-1.5%	—	↓-4.3%	↑-1.5%	↑-1.0%	—	↓-3.3%	↑0.1%	↑0.2%	—	↓-4.3%	↑-0.7%	↑-0.4%	—	↓-4.9%	↑0.3%	↑-0.9%	—
	女子	平均値	108.49	102.61	101.21	100.79	117.82	113.16	113.91	111.75	127.78	123.64	122.12	121.01	137.53	131.89	130.90	130.29	147.39	142.05	140.47	139.52	155.26	147.14	148.20	147.12
		R 6 の増減率	↓-7.1%	↑-1.8%	↑-0.4%	—	↓-5.2%	↑-1.2%	↑-1.9%	—	↓-5.3%	↑-2.1%	↑-0.9%	—	↓-5.3%	↑-1.2%	↑-0.5%	—	↓-5.3%	↑-1.8%	↑-0.7%	—	↓-5.2%	↑0.0%	↑-0.7%	—
ソフトボール投げ (m) ＜巧緻性・ 筋パワー＞	男子	平均値	8.44	7.63	7.44	7.39	11.80	10.63	10.88	11.08	14.89	13.96	14.32	14.69	18.47	17.47	17.73	17.97	21.87	20.50	20.82	21.35	25.80	24.02	24.03	24.56
		R 6 の増減率	↓-12.5%	↓-3.1%	↑-0.7%	—	↓-6.1%	↑4.2%	↑1.8%	—	↓-1.3%	↑5.2%	↑2.6%	—	↓-2.7%	↑2.8%	↑1.3%	—	↓-2.4%	↑4.1%	↑2.5%	—	↓-4.8%	↑2.3%	↑2.2%	—
	女子	平均値	5.77	5.67	5.25	5.66	7.59	7.08	7.02	7.02	9.43	8.99	8.95	8.91	11.83	10.97	11.11	11.12	13.78	12.98	13.11	12.88	15.76	14.54	14.72	14.42
		R 6 の増減率	↑-1.7%	↑-0.1%	↑7.9%	—	↓-7.4%	↑-0.8%	↑0.1%	—	↓-5.5%	↑-0.9%	↑-0.4%	—	↓-6.0%	↑1.3%	↑0.0%	—	↓-6.5%	↑-0.7%	↑-1.7%	—	↓-8.5%	↑-0.8%	↑-2.0%	—
合計点	男子	平均値													48.96	46.36	46.86	47.21	54.74	51.76	53.04	52.66	60.86	57.33	58.49	57.88
		R 6 の増減率													↓-3.6%	↑1.8%	↑0.8%	—	↓-3.8%	↑1.7%	↑-0.7%	—	↓-4.9%	↑1.0%	↑-1.0%	—
	女子	平均値													50.19	47.08	47.14	46.70	56.32	52.42	53.91	52.87	60.86	56.23	58.58	57.96
		R 6 の増減率													↓-7.0%	↑-0.8%	↑-0.9%	—	↓-6.1%	↑0.9%	↑-1.9%	—	↓-4.8%	↑3.1%	↑-1.1%	—

・京都市の合計点は、全種目実施する4年生以上のみ記載。
・色付きセルは任意で実施した種目。