

令和6年度 京都市「新体力テスト」【結果】 < 高 等 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。
- ・ 令和2～4年度は、コロナ禍での体力低下により低下傾向が続いていたが、令和5年度から上昇に転じ、令和6年度も引き続き上昇傾向にある(2年男子を除く)。
- ・ 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・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・巧ち性

※ 20mシャトルラン/持久走はどちらかを選択。

(多くの学校が20mシャトルランを選択。持久走は標本数が少ないため、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年度より上昇傾向(2年男子を除く)。
- ・ 種目別に見ると、長座体前屈(柔軟性)、ボール投げ(筋パワー・投能力・巧ち性)で上昇傾向。
- ・ 50m走(スピード・走能力)が低下傾向(1年女子を除く)。
- ・ 2年男子は、他の学年に比較して、令和5年度より低下した種目が多く、合計点が低下。

< 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	1年	2年	3年
握力	0.4%	▲0.9%	▲1.0%	2.3%	3.9%	1.7%
上体起こし	2.6%	0.5%	0.3%	0.3%	▲1.7%	▲3.3%
長座体前屈	1.3%	0.1%	0.7%	0.2%	▲0.6%	1.1%
反復横とび	2.4%	▲3.4%	0.8%	0.6%	▲1.4%	▲1.2%
20mシャトルラン	▲1.6%	▲2.6%	1.5%	1.0%	3.5%	▲1.4%
50m走	▲2.0%	▲4.3%	▲1.4%	2.9%	▲0.7%	▲0.7%
立ち幅とび	2.9%	▲0.6%	▲1.0%	3.7%	4.0%	3.0%
ボール投げ	▲1.6%	0.6%	2.5%	0.9%	6.7%	1.9%
合計点	2.0%	▲1.1%	2.4%	0.7%	1.5%	0.8%

3. スポーツ庁「体力・運動能力調査」(令和5年度)との比較

- ・ 合計点は、男女とも全国値を下回る。
- ・ 全国値を上回る種目は、20mシャトルラン(全身持久力)、50m走(スピード・走能力)。
(例年、この2種目は全国値を上回る傾向にある)
- ・ 低さが目立つ種目は、握力(筋力)と上体起こし(筋力・筋持久力)、長座体前屈(柔軟性)。

<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	1年	2年	3 年
握力	▲5.5%	▲8.1%	▲6.2%	▲4.0%	▲2.5%	▲4.8%
上体起こし	▲2.2%	▲4.8%	▲5.7%	▲4.2%	▲7.3%	▲8.1%
長座体前屈	▲1.1%	▲4.0%	▲4.5%	▲3.3%	▲2.6%	▲1.7%
反復横とび	0.8%	▲2.2%	▲0.3%	▲0.3%	▲1.2%	▲0.8%
20mシャトルラン	1.9%	▲1.9%	3.2%	1.6%	6.8%	2.6%
50m走	▲0.2%	▲2.0%	0.3%	1.2%	0.7%	0.5%
立ち幅とび	0.7%	▲1.3%	▲1.2%	▲0.2%	1.6%	0.1%
ボール投げ	▲5.7%	▲6.0%	▲5.0%	▲4.0%	0.9%	▲6.1%
合計点	▲1.0%	▲4.6%	▲2.2%	▲3.2%	▲2.2%	▲3.6%

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)	全国値より低く、差がある種目の1つ。5年度と比較すると、女子は上昇傾向。
上体起こし(筋力・筋持久力)	全国値より低く、差がある種目の1つ。5年度と比較すると、男子は上昇傾向。
長座体前屈(柔軟性)	全国値より低い。5年度と比較すると、男女ともほぼ横ばい。
反 復 横 と び (敏 捷 性)	全国値より低い(1年男子を除く)。
20mシャトルラン(全身持久力)	全国値を上回る(2年男子を除く)。
50m走(スピード・走能力)	女子は全国値を上回る。5年度と比較すると、男子は低下。
立ち幅とび(筋パワー・跳能力)	5年度と比較すると上昇傾向。
ボール投げ(筋パワー・投能力・巧み性)	全国値より低く、差がある種目の1つ(2年女子を除く)。

5. 他校種の傾向

【小学校】男女とも合計点で低下傾向(4年男子を除く。※全種目実施は4～6年)。

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。

【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。

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。

- ・ ICT を活用した体力向上(今月のダンス動画、京都サング 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

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	840	745	34.96	740	27.74	737	47.22	737	56.73	0	—	726	83.54	734	7.43	740	220.98	729	22.54	692	49.92	13.5%	25.3%	38.9%	14.7%	7.6%
2	777	683	36.36	678	28.43	678	48.70	681	56.61	0	—	664	88.20	666	7.41	681	222.63	670	23.63	636	51.91	19.5%	24.7%	32.3%	15.1%	8.4%
3	794	704	38.30	707	29.17	710	50.12	702	58.30	0	—	694	91.58	690	7.17	700	226.45	697	25.03	671	55.07	19.6%	33.0%	26.2%	18.7%	2.5%
4	7	0	—	0	—	0	—	0	—	0	—	0	—	0	—	0	—	0	—	0	—	—	—	—	—	—
男子合計	2,418	2,132	36.49	2,125	28.42	2,125	48.61	2,120	57.15	0	—	2,084	87.75	2,090	7.34	2,121	223.28	2,096	23.72	1,999	52.21	17.5%	27.7%	32.5%	16.2%	6.2%

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	895	828	24.22	822	21.37	826	46.59	823	47.72	0	—	821	48.46	816	8.79	824	171.39	824	13.08	804	48.83	15.1%	21.3%	33.6%	19.9%	10.2%
2	929	807	25.57	805	21.90	808	48.17	804	48.02	0	—	799	52.93	801	8.77	805	176.01	804	14.18	768	51.18	17.2%	24.0%	34.7%	16.1%	8.0%
3	879	784	25.39	783	22.41	782	49.49	778	48.40	0	—	764	50.54	775	8.78	778	174.52	775	13.69	743	51.42	13.5%	22.0%	35.1%	23.7%	5.7%
4	3	0	—	0	—	0	—	0	—	0	—	0	—	0	—	0	—	0	—	0	—	—	—	—	—	—
女子合計	2,706	2,419	25.08	2,410	21.91	2,416	48.05	2,405	48.07	0	—	2,384	50.77	2,392	8.79	2,407	174.08	2,403	13.67	2,315	50.54	15.2%	22.4%	34.5%	19.9%	8.0%

種目	性	年度	1年				2年				3年			
			R5全国	R4京都市	R5京都市	R6京都市	R5全国	R4京都市	R5京都市	R6京都市	R5全国	R4京都市	R5京都市	R6京都市
握力 (kg) ＜筋力＞	男子	平均値	37.00	34.46	34.81	34.96	39.58	36.44	36.70	36.36	40.82	37.39	38.68	38.30
		R6の増減率	↓ -5.5%	↗ 1.5%	↗ 0.4%	—	↓ -8.1%	↗ -0.2%	↗ -0.9%	—	↓ -6.2%	↗ 2.4%	↘ -1.0%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	25.23	23.89	23.67	24.22	26.24	25.03	24.60	25.57	26.68	24.85	24.98	25.39
		R6の増減率	↓ -4.0%	↗ 1.4%	↗ 2.3%	—	↗ -2.5%	↗ 2.2%	↗ 3.9%	—	↓ -4.8%	↗ 2.2%	↗ 1.7%	—
		京都市の推移												
上体起こし (回) ＜筋力・ 筋持久力＞	男子	平均値	28.37	26.62	27.03	27.74	29.86	28.18	28.29	28.43	30.94	29.07	29.08	29.17
		R6の増減率	↘ -2.2%	↗ 4.2%	↗ 2.6%	—	↓ -4.8%	↗ 0.9%	↗ 0.5%	—	↓ -5.7%	↗ 0.4%	↗ 0.3%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	22.31	21.38	21.31	21.37	23.61	22.50	22.27	21.90	24.38	22.85	23.18	22.41
		R6の増減率	↓ -4.2%	↗ 0.0%	↗ 0.3%	—	↓ -7.3%	↘ -2.7%	↘ -1.7%	—	↓ -8.1%	↘ -1.9%	↓ -3.3%	—
		京都市の推移												
長座体前屈 (cm) ＜柔軟性＞	男子	平均値	47.75	44.75	46.59	47.22	50.71	47.99	48.66	48.70	52.47	49.54	49.77	50.12
		R6の増減率	↘ -1.1%	↗ 5.5%	↗ 1.3%	—	↓ -4.0%	↗ 1.5%	↗ 0.1%	—	↓ -4.5%	↗ 1.2%	↗ 0.7%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	48.19	47.88	46.48	46.59	49.46	48.75	48.44	48.17	50.35	48.02	48.95	49.49
		R6の増減率	↓ -3.3%	↘ -2.7%	↗ 0.2%	—	↘ -2.6%	↘ -1.2%	↘ -0.6%	—	↘ -1.7%	↗ 3.1%	↗ 1.1%	—
		京都市の推移												
反復横とび (点) ＜敏捷性＞	男子	平均値	56.30	54.85	55.38	56.73	57.87	56.48	58.60	56.61	58.49	58.25	57.82	58.30
		R6の増減率	↗ 0.8%	↗ 3.4%	↗ 2.4%	—	↘ -2.2%	↗ 0.2%	↓ -3.4%	—	↘ -0.3%	↗ 0.1%	↗ 0.8%	—
		京都市の推移												
	女子	平均値	47.88	47.64	47.42	47.72	48.61	48.42	48.68	48.02	48.79	48.70	49.00	48.40
		R6の増減率	↘ -0.3%	↗ 0.2%	↗ 0.6%	—	↘ -1.2%	↘ -0.8%	↘ -1.4%	—	↘ -0.8%	↘ -0.6%	↘ -1.2%	—
		京都市の推移									<			