

令和6年度 京都市「新体力テスト」【結果】

< 中 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、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年度から上昇に転じ、令和6年度も引き続き上昇傾向にある。
- 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、(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。

— 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。
- 種目別にみると、上体起こし(筋力・筋持久力)と長座体前屈(柔軟性)が、やや低下傾向。
- 50m走(スピード・走能力)、立ち幅とび(筋パワー・跳能力)は、男女全学年で上昇。
- 1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、合計点の伸び率も低い。

< 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	▲1.2%	2.3%	0.5%	0.5%	0.4%	0.3%
上体起こし	▲0.9%	0.1%	1.3%	▲1.2%	▲2.0%	▲1.1%
長座体前屈	▲0.4%	0.4%	▲0.6%	▲1.3%	▲0.1%	▲0.2%
反復横とび	▲0.2%	0.7%	1.7%	0.5%	0.0%	1.7%
20mシャトルラン	▲0.5%	1.6%	1.4%	0.1%	▲0.6%	0.1%
50m走	0.5%	1.4%	1.5%	0.8%	0.7%	0.2%
立ち幅とび	1.1%	1.1%	2.1%	1.9%	0.7%	2.4%
ボール投げ	▲1.9%	0.4%	1.0%	1.5%	0.2%	▲0.7%
合計点	0.2%	2.1%	2.8%	1.5%	1.5%	1.9%

3. スポーツ庁「体力・運動能力調査」(令和5年度速報値)との比較

- ・ 3年男子の50m走を除き、ほか全種目で全国値を下回る。
- ・ 男女とも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)、20mシャトルラン(全身持久力)。女子ではボール投げ(筋パワー・投能力・巧み性)の低さも目立つ。
- ・ 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	1年	2年	3年
握力	▲8.0%	▲8.8%	▲8.3%	▲8.2%	▲7.3%	▲7.6%
上体起こし	▲8.9%	▲6.9%	▲8.4%	▲13.7%	▲10.2%	▲10.2%
長座体前屈	▲2.5%	▲2.5%	▲5.5%	▲1.6%	▲1.7%	▲2.5%
反復横とび	▲5.4%	▲3.3%	▲4.1%	▲5.3%	▲3.6%	▲3.7%
20mシャトルラン	▲6.8%	▲3.7%	▲5.3%	▲9.5%	▲4.9%	▲3.6%
50m走	▲0.2%	▲0.4%	0.3%	▲0.6%	▲0.7%	▲0.2%
立ち幅とび	▲3.1%	▲2.8%	▲2.5%	▲4.3%	▲4.5%	▲2.8%
ボール投げ	▲4.2%	▲3.0%	▲3.1%	▲5.8%	▲7.3%	▲6.2%
合計点	▲7.7%	▲5.6%	▲6.0%	▲9.3%	▲6.7%	▲5.9%

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)	5年度と比較すると上昇傾向。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)	全国値より低く、差がある種目の1つ。
長座体前屈(柔軟性)	5年度と比較すると下降傾向。女子の方が全国値に近い。
反復横とび(敏捷性)	緩やかに上昇傾向。全国値より低い。
20mシャトルラン(全身持久力)	全国値より低く、差がある種目の1つ。特に1年男女で全国値との差が大きい。
50m走(スピード・走能力)	上昇傾向。全国値より低い差は大きくない。
立ち幅とび(筋パワー・跳能力)	上昇傾向。全国値より低い。
ボール投げ(筋パワー・投能力・巧み性)	コロナを機に低下。全国値より低い。

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平均を下回る。

【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、下記の取組を有効活用してください。

- ・ 各校の体力向上に関わる年間計画「1校1プラン」
- ・ 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。
- ・ 新体力テスト集計システム(DOSA)を用いた分析や、個人結果表等の生徒へのフィードバックの活用

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

中学校男子

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	4,510	3,904	22.36	3,869	21.39	3,884	40.63	3,814	47.09	192	443.08	3,606	64.21	3,777	8.44	3,830	179.33	3,833	17.57	3,422	32.75	3.6%	18.5%	31.8%	32.5%	13.6%
2	4,619	3,879	27.58	3,845	24.61	3,862	44.03	3,819	51.26	171	421.88	3,651	79.57	3,778	7.85	3,800	197.53	3,799	20.77	3,477	41.28	8.5%	23.4%	35.1%	24.0%	8.9%
3	4,651	3,887	31.89	3,837	26.57	3,870	46.67	3,798	53.57	152	427.68	3,588	85.63	3,790	7.44	3,787	211.53	3,785	23.48	3,473	47.61	15.9%	26.5%	31.1%	18.8%	7.7%
男子合計	13,780	11,670	27.27	11,551	24.18	11,616	43.77	11,431	50.64	515	431.50	10,845	76.47	11,345	8.39	11,417	196.07	11,417	20.59	10,372	40.59	9.4%	22.8%	32.7%	25.1%	10.0%

中学校女子

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	4,218	3,770	20.13	3,733	17.91	3,767	43.33	3,724	43.36	195	324.31	3,454	43.78	3,658	9.07	3,722	160.26	3,701	10.98	3,370	41.10	19.9%	30.7%	29.6%	16.4%	3.4%
2	4,311	3,687	22.15	3,629	19.92	3,663	45.70	3,597	45.42	138	327.67	3,396	51.11	3,530	8.84	3,619	164.71	3,575	12.26	3,220	46.53	22.2%	28.3%	28.5%	16.8%	4.2%
3	4,334	3,625	23.28	3,583	21.07	3,602	47.42	3,557	46.55	115	338.40	3,298	51.88	3,517	8.75	3,566	169.48	3,547	13.24	3,234	49.35	24.2%	24.6%	25.8%	18.3%	7.2%
女子合計	12,863	11,082	21.83	10,945	19.61	11,032	45.45	10,878	45.08	448	328.96	10,148	48.86	10,705	8.89	10,907	164.75	10,823	12.14	9,824	45.59	22.1%	27.8%	28.0%	17.2%	4.9%

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	24.30	22.44	22.63	22.36	30.24	27.34	26.96	27.58	34.77	31.87	31.72	31.89		
		R6の増減率	↓ -8.0%	↘ -0.4%	↘ -1.2%	—	↓ -8.8%	↗ 0.9%	↗ 2.3%	—	↓ -8.3%	↗ 0.1%	↗ 0.5%	—		
		京都市の推移														
	女子	平均値	21.93	20.15	20.02	20.13	23.90	22.12	22.07	22.15	25.20	23.30	23.21	23.28		
		R6の増減率	↓ -8.2%	↘ -0.1%	↗ 0.5%	—	↓ -7.3%	↗ 0.1%	↗ 0.4%	—	↓ -7.6%	↘ -0.1%	↗ 0.3%	—		
		京都市の推移														
上体起こし (回) <筋力・筋持久力>	男子	平均値	23.48	21.44	21.59	21.39	26.42	23.79	24.58	24.61	29.00	25.97	26.23	26.57		
		R6の増減率	↓ -8.9%	↘ -0.2%	↘ -0.9%	—	↓ -6.9%	↗ 3.4%	↗ 0.1%	—	↓ -8.4%	↗ 2.3%	↗ 1.3%	—		
		京都市の推移														
	女子	平均値	20.76	17.87	18.12	17.91	22.18	19.63	20.32	19.92	23.46	20.85	21.31	21.07		
		R6の増減率	↓ -13.7%	↗ 0.2%	↘ -1.2%	—	↓ -10.2%	↗ 1.5%	↘ -2.0%	—	↓ -10.2%	↗ 1.1%	↘ -1.1%	—		
		京都市の推移														
長座体前屈 (cm) <柔軟性>	男子	平均値	41.68	40.32	40.81	40.63	45.16	42.98	43.87	44.03	49.40	46.37	46.96	46.67		
		R6の増減率	↘ -2.5%	↗ 0.8%	↘ -0.4%	—	↘ -2.5%	↗ 2.4%	↗ 0.4%	—	↓ -5.5%	↗ 0.6%	↘ -0.6%	—		
		京都市の推移														
	女子	平均値	44.04	43.48	43.88	43.33	46.51	45.31	45.73	45.70	48.63	46.49	47.52	47.42		
		R6の増減率	↘ -1.6%	↘ -0.3%	↘ -1.3%	—	↘ -1.7%	↗ 0.9%	↘ -0.1%	—	↘ -2.5%	↗ 2.0%	↘ -0.2%	—		
		京都市の推移														
反復横とび (点) <敏捷性>	男子	平均値	49.80	46.95	47.18	47.09	53.02	49.79	50.89	51.26	55.88	52.39	52.69	53.57		
		R6の増減率	↓ -5.4%	↗ 0.3%	↘ -0.2%	—	↓ -3.3%	↗ 3.0%	↗ 0.7%	—	↓ -4.1%	↗ 2.3%	↗ 1.7%	—		
		京都市の推移														
	女子	平均値	45.77	42.91	43.13	43.36	47.12	44.89	45.40	45.42	48.35	45.47	45.77	46.55		
		R6の増減率	↓ -5.3%	↗ 1.0%	↗ 0.5%	—	↓ -3.6%	↗ 1.2%	↗ 0.0%	—	↓ -3.7%	↗ 2.4%	↗ 1.7%	—		
		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	68.91	62.20	64.55	64.21	82.63	76.46	78.35	79.57	90.43	85.65	84.47	85.63		
		R6の増減率	↓ -6.8%	↗ 3.2%	↘ -0.5%	—	↓ -3.7%	↗ 4.1%	↗ 1.6%	—	↓ -5.3%	↘ 0.0%	↗ 1.4%	—		
		京都市の推移														
	女子	平均値	48.37	44.65	43.72	43.78	53.74	51.25	51.41	51.11	53.82	52.73	51.82	51.88		
		R6の増減率	↓ -9.5%	↘ -1.9%	↗ 0.1%	—	↓ -4.9%	↘ -0.3%	↘ -0.6%	—	↓ -3.6%	↘ -1.6%	↗ 0.1%	—		
		京都市の推移														
50m走 (秒) <スピード>	男子	平均値	8.42	8.45	8.48	8.44	7.82	7.98	7.96	7.85	7.46	7.57	7.55	7.44		
		R6の増減率	↘ -0.2%	↗ 0.1%	↗ 0.5%	—	↘ -0.4%	↗ 1.7%	↗ 1.4%	—	↗ 0.3%	↗ 1.7%	↗ 1.5%	—		
		京都市の推移														
	女子	平均値	9.02	9.09	9.14	9.07	8.78	8.89	8.90	8.84	8.73	8.75	8.77	8.75		
		R6の増減率	↘ -0.6%	↗ 0.2%	↗ 0.8%	—	↘ -0.7%	↗ 0.6%	↗ 0.7%	—	↘ -0.2%	↗ 0.0%	↗ 0.2%	—		
		京都市の推移														
立ち幅とび (cm) <筋パワー>	男子	平均値	184.99	178.81	177.42	179.33	203.14	194.80	195.43	197.53	216.86	208.59	207.12	211.53		
		R6の増減率	↓ -3.1%	↗ 0.3%	↗ 1.1%	—	↘ -2.8%	↗ 1.4%	↗ 1.1%	—	↘ -2.5%	↗ 1.4%	↗ 2.1%	—		
		京都市の推移														
	女子	平均値	167.52	157.90	157.20	160.26	172.45	163.64	163.61	164.71	174.37	167.30	165.45	169.48		
		R6の増減率	↓ -4.3%	↗ 1.5%	↗ 1.9%	—	↓ -4.5%	↗ 0.7%	↗ 0.7%	—	↘ -2.8%	↗ 1.3%	↗ 2.4%	—		
		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	18.34	17.63	17.91	17.57	21.41	20.29	20.69	20.77	24.23	23.46	23.25	23.48		
		R6の増減率	↓ -4.2%	↘ -0.3%	↘ -1.9%	—	↓ -3.0%	↗ 2.4%	↗ 0.4%	—	↓ -3.1%	↗ 0.1%	↗ 1.0%	—		
		京都市の推移														
	女子	平均値	11.66	10.72	10.82	10.98	13.22	12.31	12.24	12.26	14.12	13.16	13.34	13.24		
		R6の増減率	↓ -5.8%	↗ 2.4%	↗ 1.5%	—	↓ -7.3%	↘ -0.4%	↗ 0.2%	—	↓ -6.2%	↗ 0.6%	↘ -0.7%	—		
		京都市の推移														
合計点	男子	平均値	35.47	32.10	32.70	32.75	43.75	39.23	40.43	41.28	50.66	46.19	46.31	47.61		
		R6の増減率	↓ -7.7%	↗ 2.0%	↗ 0.2%	—	↓ -5.6%	↗ 5.2%	↗ 2.1%	—	↓ -6.0%	↗ 3.1%	↗ 2.8%	—		
		京都市の推移														
	女子	平均値	45.29	40.42	40.49	41.10	49.87	45.38	45.85	46.53	52.44	48.21	48.41	49.35		
		R6の増減率	↓ -9.3%	↗ 1.7%	↗ 1.5%	—	↓ -6.7%	↗ 2.5%	↗ 1.5%	—	↓ -5.9%	↗ 2.4%	↗ 1.9%	—		
		京都市の推移														