

令和6年度 全国体力・運動能力, 運動習慣等調査

宮城県の調査結果

目 次

1	調査の概要	P 1
2	調査結果	
	【体力・運動能力調査の傾向】	
	(1) 体力合計点の推移	P 2
	(2) 種目別の状況 (全国平均値との比較)	P 4
	【質問紙調査の傾向】	
	(1) 一週間の総運動時間の状況	P 6
	(2) 運動やスポーツに対する意識	P 6
	(3) 食事・睡眠・スクリーンタイムの状況	P 7
	(4) 学校での授業以外の取組状況	P 8

1 調査の概要

(1) 調査期間 令和6年4月から7月末まで

- (2) 調査対象 全国の小5男女、中2男女全員（悉皆調査）
- 全国調査では、国立、公立、私立学校全ての学校を対象としている。
 - 使用した全国平均のデータ…公立学校のみデータを用いている。
 - 本県のデータ…仙台市立学校を含むものを使用している。

(3) 調査参加学校・児童生徒数

	小学校5年生 男・女		中学校2年生 男・女	
	学校数（校）	調査児童数（人）	学校数（校）	調査生徒数（人）
全 国	18,845	981,865	9,891	869,813
宮城県 (仙台市を含む)	351	17,810	193	15,941
宮城県 (仙台市を除く)	233	9,438	128	8,579

(4) 調査事項及び内容

① 実技に関する調査…新体力テスト（8種目）

- 1) 握力
- 2) 上体起こし
- 3) 長座体前屈
- 4) 反復横とび
- 5) 持久走, 20mシャトルラン

※小5男女は20mシャトルランを行い、中2男女はどちらか1種目選択して行う。

- 6) 50m走
- 7) 立ち幅とび
- 8) ソフトボール投げ, ハンドボール投げ

※小5男女はソフトボール投げ, 中2男女はハンドボール投げを行う。

② 児童生徒に対する質問紙調査

- 運動習慣, 生活習慣等

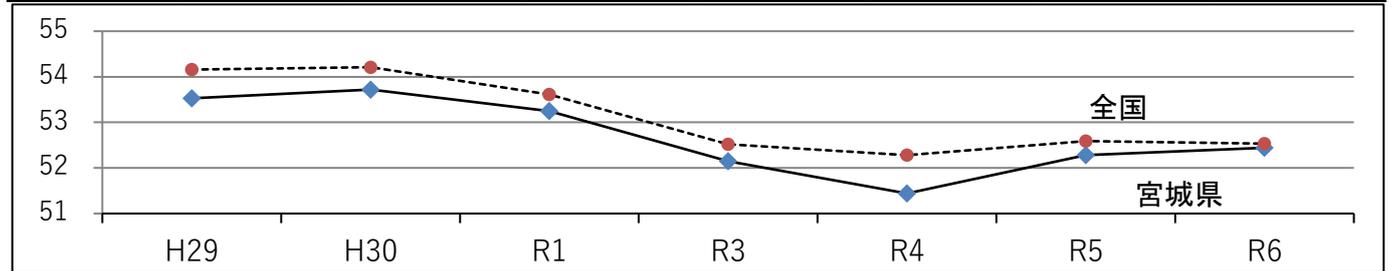
③ 学校に対する質問紙調査

- 子どもの体力向上に係る学校の取組等

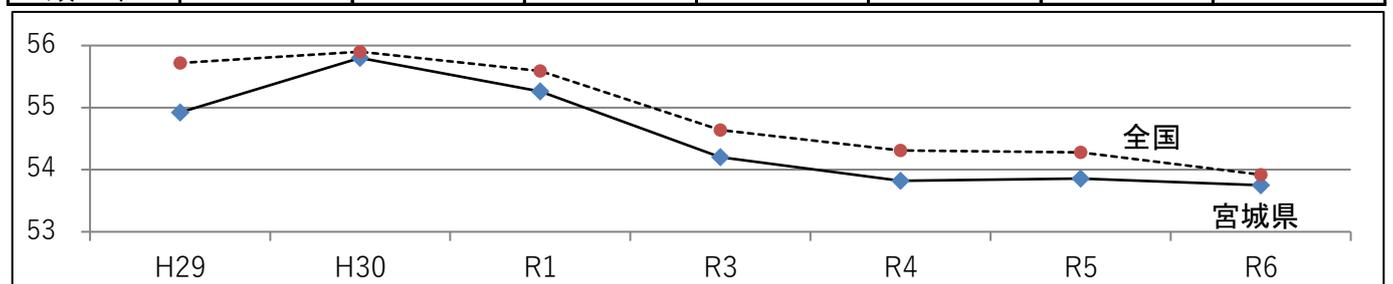
2 調査結果【体力・運動能力調査の傾向】

宮城県(仙台市を含む)体力合計点の推移

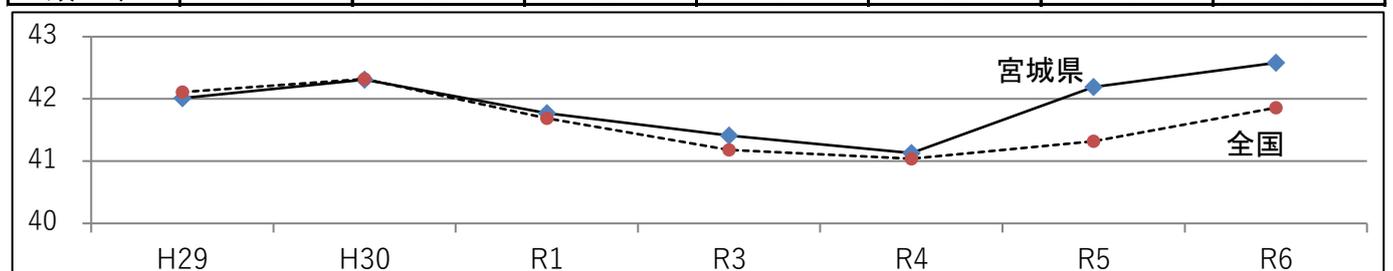
小5男子	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6
宮城県全体	53.53	53.72	53.25	52.15	51.44	52.28	52.44
全 国	54.16	54.21	53.61	52.52	52.28	52.59	52.53
順 位	33	34	28	30	41	32	27



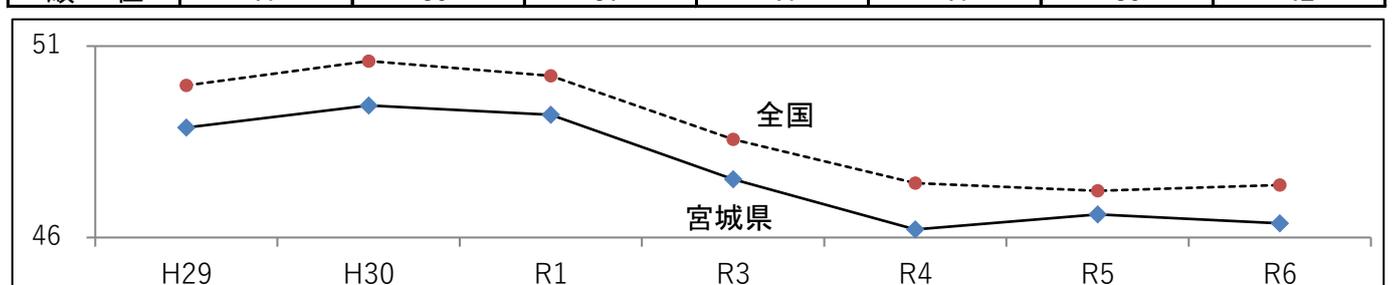
小5女子	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6
宮城県全体	54.92	55.80	55.26	54.20	53.82	53.86	53.75
全 国	55.72	55.90	55.59	54.64	54.31	54.28	53.92
順 位	37	31	33	36	36	36	34



中2男子	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6
宮城県全体	42.01	42.31	41.77	41.41	41.13	42.19	42.58
全 国	42.11	42.32	41.69	41.18	41.04	41.32	41.86
順 位	27	30	26	31	29	15	16



中2女子	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6
宮城県全体	48.87	49.45	49.21	47.52	46.21	46.6	46.37
全 国	49.97	50.61	50.22	48.56	47.42	47.22	47.37
順 位	41	39	37	41	41	39	42



※体力合計点とは、小・中学校で各8種目の記録を男女別に点数化(1~10点)し、その合計点を80点満点で数値化したもの。

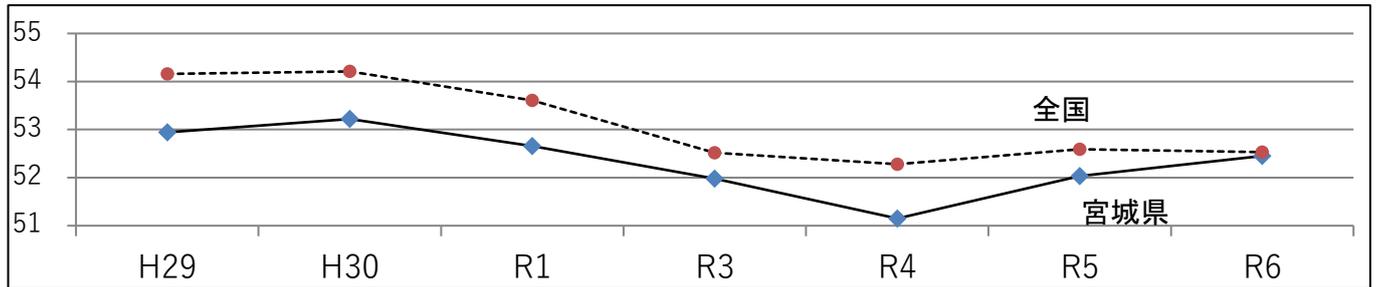
※スポーツ庁では体力合計点の変化を「±0.5未満」は「ほとんど変化なし」、「±0.5~1未満」は「わずかに高(低)かった。」、「±1以上」は「高(低)かった」としている。

※順位は宮城県独自集計による。

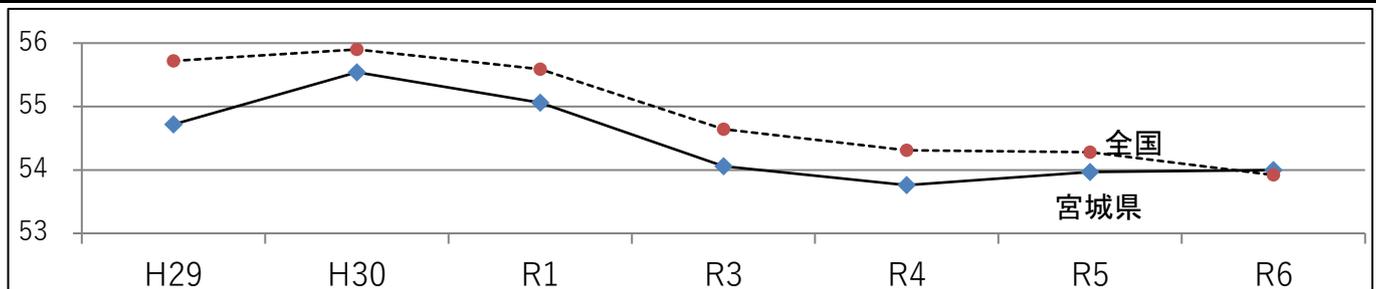
※平成29年4月26日公布の第7次地方分権一括法により、都道府県から指定都市等への権限移譲等が行われたことにより、調査結果も分けて公表している。

宮城県(仙台市を除く)体力合計点の推移

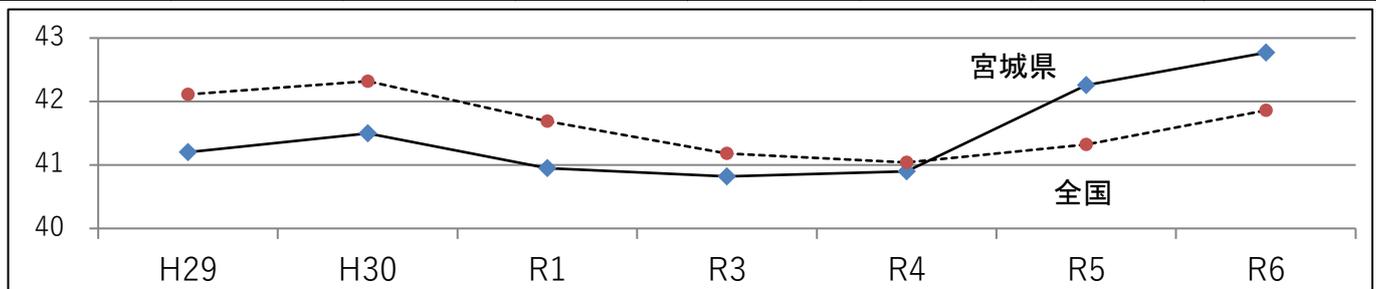
小5男子	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6
宮城県	52.94	53.22	52.66	51.98	51.15	52.03	52.45
全 国	54.16	54.21	53.61	52.52	52.28	52.59	52.53
順 位	45	43	41	35	45	40	27



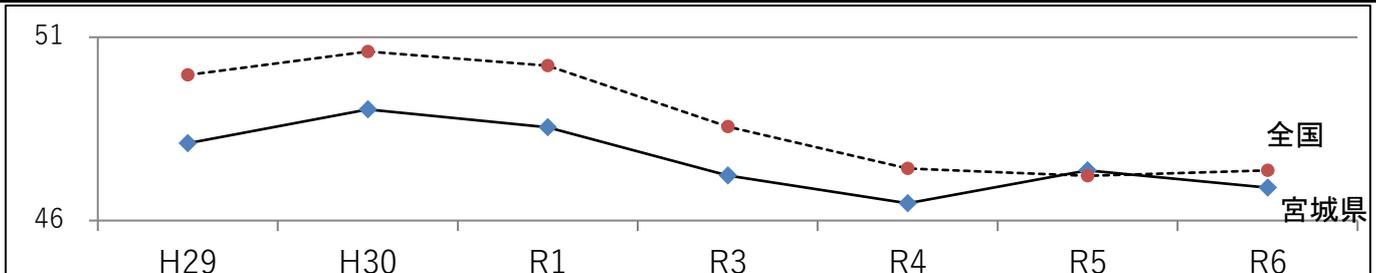
小5女子	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6
宮城県全体	54.72	55.54	55.06	54.06	53.76	53.97	54
全 国	55.72	55.90	55.59	54.64	54.31	54.28	53.92
順 位	37	34	35	36	36	35	25



中2男子	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6
宮城県全体	41.20	41.50	40.95	40.82	40.9	42.26	42.77
全 国	42.11	42.32	41.69	41.18	41.04	41.32	41.86
順 位	40	37	39	38	35	15	14



中2女子	H29	H30	R1	R3	R4	R5	R6
宮城県全体	48.11	49.03	48.54	47.23	46.47	47.37	46.9
全 国	49.97	50.61	50.22	48.56	47.42	47.22	47.37
順 位	45	44	46	43	41	31	39



※体力合計点とは、小・中学校で各8種目の記録を男女別に点数化（1～10点）し、その合計点を80点満点で数値化したもの。

※スポーツ庁では体力合計点の変化を「±0.5未満」は「ほとんど変化なし」、「±0.5～1未満」は「わずかに高（低）かった。」、「±1以上」は「高（低）かった」としている。

※順位は宮城県独自集計による。

種目別の状況（全国平均値との比較）

【小学校5年生男子】

調査項目	区分	全 国	宮城県 (仙台含む)	宮城県 (仙台除く)	全国値との差	
					宮城県 (仙台含む)	宮城県 (仙台除く)
握力 (kg)		16.01	16.27	16.15	↑ +0.26	↑ +0.14
上体起こし(回)		19.19	18.99	19.02	-0.20	-0.17
長座体前屈(cm)		33.79	34.37	34.40	↑ +0.58	↑ +0.61
反復横とび(点)		40.66	41.31	41.47	↑ +0.65	↑ +0.81
20mシャトルラン(回)		46.90	45.85	45.71	-1.05	-1.19
50m走(秒)		9.50	9.57	9.58	+0.07	+0.08
立ち幅とび(cm)		150.42	147.59	148.11	-2.83	-2.31
ソフトボール投げ(m)		20.75	21.46	21.38	↑ +0.71	↑ +0.63
体力合計点		52.53	52.44	52.45	-0.09	-0.08

【小学校5年生女子】

調査項目	区分	全 国	宮城県 (仙台含む)	宮城県 (仙台除く)	全国値との差	
					宮城県 (仙台含む)	宮城県 (仙台除く)
握力 (kg)		15.77	16.19	16.18	↑ +0.42	↑ +0.41
上体起こし(回)		18.16	17.87	17.89	-0.29	-0.27
長座体前屈(cm)		38.19	38.37	37.95	↑ +0.18	-0.24
反復横とび(点)		38.70	39.30	39.46	↑ +0.60	↑ +0.76
20mシャトルラン(回)		36.59	35.33	36.03	-1.26	-0.56
50m走(秒)		9.77	9.83	9.80	+0.06	+0.03
立ち幅とび(cm)		143.13	140.03	140.98	-3.10	-2.15
ソフトボール投げ(m)		13.15	13.46	13.61	↑ +0.31	↑ +0.46
体力合計点		53.92	53.75	54.00	-0.17	↑ +0.08

※タイムによる比較となる50m走については、全国平均や前年度の値に対して、-値が上回り+値が下回っている。

【中学校 2 年生男子】

調査項目	区分	全 国	宮城県 (仙台含む)	宮城県 (仙台除く)	全国値との差	
					宮城県 (仙台含む)	宮城県 (仙台除く)
握力 (kg)		28.95	29.65	30.03	↑ +0.70	↑ +1.08
上体起こし(回)		25.94	26.43	26.64	↑ +0.49	↑ +0.70
長座体前屈(cm)		44.47	46.16	46.49	↑ +1.69	↑ +2.02
反復横とび(点)		51.51	52.35	52.68	↑ +0.84	↑ +1.17
持久走 (秒)		410.69	429.31	429.66	+18.62	+18.97
20mシャトルラン(回)		78.98	76.13	75.00	-2.85	-3.98
50m走(秒)		7.99	7.98	7.95	↑ -0.01	↑ -0.04
立ち幅とび(cm)		197.18	198.17	197.59	↑ +0.99	↑ +0.41
ハンドボール投げ(m)		20.57	20.13	20.23	-0.44	-0.34
体力合計点		41.86	42.58	42.77	↑ +0.72	↑ +0.91

【中学校 2 年生女子】

調査項目	区分	全 国	宮城県 (仙台含む)	宮城県 (仙台除く)	全国値との差	
					宮城県 (仙台含む)	宮城県 (仙台除く)
握力 (kg)		23.18	23.36	23.70	↑ +0.18	↑ +0.52
上体起こし(回)		21.56	21.35	21.46	-0.21	-0.10
長座体前屈(cm)		46.47	46.97	47.13	↑ +0.50	↑ +0.66
反復横とび(点)		45.65	45.71	46.16	↑ +0.06	↑ +0.51
持久走 (秒)		309.02	325.21	325.57	+16.19	+16.55
20mシャトルラン(回)		50.67	47.42	47.11	-3.25	-3.56
50m走(秒)		8.96	9.03	9.00	+0.07	+0.04
立ち幅とび(cm)		166.32	164.10	163.76	-2.22	-2.56
ハンドボール投げ(m)		12.40	11.61	11.93	-0.79	-0.47
体力合計点		47.37	46.37	46.90	-1.00	-0.47

※タイムによる比較となる 50m 走及び持久走については、全国平均や前年度の値に対して、
-値が上回り+値が下回っている。

【質問紙調査の傾向】

1. 一週間の総運動時間の状況

※420分は、運動習慣が身につけている目安とされる「1日60分の運動」を週7日間行った場合の時間。

(%)

		0分	1分以上60分未満	60分以上420分未満	420分以上
小5男	全国	4.8	4.4	40.3	50.5
	宮城県(仙台含む)	4.6	4.9	43.0	47.5
	宮城県(仙台除く)	5.0	5.4	43.2	46.4
小5女	全国	7.0	9.0	55.4	28.5
	宮城県(仙台含む)	7.7	10.7	58.5	23.2
	宮城県(仙台除く)	8.1	11.4	57.3	23.3
中2男	全国	7.5	1.7	13.2	77.6
	宮城県(仙台含む)	6.4	1.5	10.9	81.3
	宮城県(仙台除く)	6.4	1.5	10.2	81.9
中2女	全国	16.6	4.8	22.3	56.3
	宮城県(仙台含む)	15.8	4.9	19.1	60.2
	宮城県(仙台除く)	15.9	4.9	18.2	61.1

2. 運動やスポーツに対する意識

(1) 運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。

(%)

		好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
小5男	全国	73.0	20.2	4.5	2.2
	宮城県(仙台含む)	72.9	20.5	4.4	2.2
	宮城県(仙台除く)	72.0	21.3	4.7	2.0
小5女	全国	54.8	31.4	9.5	4.3
	宮城県(仙台含む)	50.6	33.8	10.9	4.7
	宮城県(仙台除く)	49.3	34.8	11.2	4.7
中2男	全国	65.5	25.1	6.3	3.2
	宮城県(仙台含む)	65.7	25.4	6.2	2.6
	宮城県(仙台除く)	64.1	27.0	6.4	2.6
中2女	全国	43.2	33.7	15.2	8.0
	宮城県(仙台含む)	41.9	35.4	14.7	8.0
	宮城県(仙台除く)	40.2	36.9	15.1	7.8

(2) 体育の授業は楽しいですか。

(%)

		楽しい	やや楽しい	あまり楽しくない	楽しくない
小5男	全国	75.0	19.7	3.7	1.7
	宮城県(仙台含む)	73.3	20.8	4.0	1.9
	宮城県(仙台除く)	72.6	21.4	4.3	1.7
小5女	全国	59.5	30.5	7.4	2.6
	宮城県(仙台含む)	55.1	33.5	8.0	3.3
	宮城県(仙台除く)	53.7	35.2	7.9	3.2
中2男	全国	57.4	34.3	5.9	2.4
	宮城県(仙台含む)	59.4	33.6	5.1	2.0
	宮城県(仙台除く)	59.1	34.3	4.9	1.7
中2女	全国	39.5	44.3	12.4	3.8
	宮城県(仙台含む)	38.9	45.0	12.2	3.9
	宮城県(仙台除く)	36.7	47.0	12.5	3.7

2. 食事の状況

(1) 朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含める)

(%)

		毎日食べる	食べない日もある	食べない日が多い	食べない
小5男	全 国	81.3	14.6	3.0	1.1
	宮城県(仙台含む)	82.6	13.5	2.8	1.0
	宮城県(仙台除く)	80.8	14.8	3.2	1.2
小5女	全 国	79.5	16.7	3.0	0.8
	宮城県(仙台含む)	81.6	15.0	2.7	0.8
	宮城県(仙台除く)	78.7	17.5	2.9	0.9
中2男	全 国	81.6	12.3	3.9	2.1
	宮城県(仙台含む)	83.5	11.2	3.5	1.7
	宮城県(仙台除く)	81.9	12.2	4.2	1.7
中2女	全 国	74.4	18.8	4.8	2.0
	宮城県(仙台含む)	75.6	18.1	4.4	1.8
	宮城県(仙台除く)	73.4	19.8	4.7	2.1

3. 睡眠の状況

(1) 毎日どれくらい寝ていますか。

(%)

		10時間以上	9時間以上 10時間未満	8時間以上 9時間未満	7時間以上 8時間未満	6時間以上 7時間未満	6時間未満
小5男	全 国	11.0	27.6	30.8	19.4	7.9	3.3
	宮城県(仙台含む)	9.7	26.2	32.3	19.6	8.8	3.5
	宮城県(仙台除く)	9.5	24.0	32.5	20.0	9.9	4.2
小5女	全 国	10.3	29.7	31.7	18.4	7.5	2.4
	宮城県(仙台含む)	9.6	29.3	32.8	18.1	8.0	2.1
	宮城県(仙台除く)	9.3	27.6	32.3	19.0	9.3	2.5
中2男	全 国	2.8	8.4	25.1	36.2	20.9	6.7
	宮城県(仙台含む)	2.4	7.8	24.6	36.6	21.6	7.0
	宮城県(仙台除く)	2.3	7.4	24.4	35.8	22.7	7.5
中2女	全 国	1.6	6.1	19.7	34.6	28.3	9.5
	宮城県(仙台含む)	1.4	6.0	18.5	35.1	29.7	9.2
	宮城県(仙台除く)	1.4	5.6	17.9	34.6	31.0	9.5

4. スクリーンタイム

(1) 平日(月~金曜日)について聞きます。学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。

(%)

		5時間以上	4時間以上 5時間未満	3時間以上 4時間未満	2時間以上 3時間未満	1時間以上 2時間未満	1時間未満	全く見ない
小5男	全 国	18.7	11.0	14.7	20.4	21.9	11.5	1.7
	宮城県(仙台含む)	19.9	11.9	15.1	20.4	22.5	9.1	1.1
	宮城県(仙台除く)	21.4	12.1	15.2	19.3	22.0	9.1	1.0
小5女	全 国	14.6	10.4	13.8	19.6	23.4	15.9	2.2
	宮城県(仙台含む)	15.3	11.1	14.6	21.6	23.6	12.3	1.4
	宮城県(仙台除く)	16.0	12.1	14.2	21.0	23.2	12.0	1.5
中2男	全 国	17.6	12.0	20.5	26.5	18.3	4.5	0.6
	宮城県(仙台含む)	18.2	11.9	20.1	27.0	18.2	3.8	0.8
	宮城県(仙台除く)	19.7	12.2	20.5	26.7	17.0	3.2	0.6
中2女	全 国	16.4	12.1	20.7	26.1	18.6	5.6	0.5
	宮城県(仙台含む)	16.2	11.8	21.1	27.3	18.3	4.8	0.4
	宮城県(仙台除く)	18.6	11.9	22.1	25.5	17.2	4.3	0.4

【学校質問紙調査の傾向】

1. 目標の設定

令和5年度に、児童・生徒の体力・運動能力向上のための学校全体の目標を設定していましたか。
(%)

		設定していた	設定していなかった
小学校	全 国	83.6	16.4
	宮城県（仙台含む）	86.3	13.7
	宮城県（仙台除く）	96.4	3.6
中学校	全 国	75.1	24.9
	宮城県（仙台含む）	77.7	22.3
	宮城県（仙台除く）	85.5	14.5

2. 取組の状況

(1) 令和5年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果を踏まえた取組をしていますか。

(%)

		している	予定している	していない
小学校	全 国	56.3	29.3	14.4
	宮城県（仙台含む）	68.2	27.7	4.2
	宮城県（仙台除く）	79.9	19.2	0.9
中学校	全 国	56.2	28.0	15.8
	宮城県（仙台含む）	77.1	17.8	5.3
	宮城県（仙台除く）	85.5	10.5	4.0

(2) 令和5年度に体育の授業以外で全ての児童・生徒の体力・運動能力向上の取組を行いましたか。

(%)

		全ての児童・生徒に 対して行った	一部の学年の児童・生徒に 対して行った	行っていない
小学校	全 国	80.9	6.3	12.8
	宮城県（仙台含む）	89.3	5.1	5.7
	宮城県（仙台除く）	92.9	2.7	4.5
中学校	全 国	41.5	9.1	49.4
	宮城県（仙台含む）	41.0	13.3	45.7
	宮城県（仙台除く）	44.4	14.5	41.1

(3) 運動やスポーツ、児童生徒の体力について、家庭とどのような連携をしていますか。（複数回答可）

(%)

		児童・生徒と家の人が運動する機会を設けている	家庭に対して児童・生徒が運動することを啓発する資料を配布	家庭に対して児童・生徒の生活習慣改善の資料を配布	家の人や児童・生徒に対して地域の行事に参加するよう促す	体力に関する調査結果を家庭に連絡	特に連携していない	その他
小学校	全 国	12.8	31.5	40.5	23.7	58.1	12.8	1.5
	宮城県（仙台含む）	9.8	32.7	55.7	20.2	83.0	2.1	0.3
	宮城県（仙台除く）	11.6	35.7	61.2	24.6	79.9	2.2	0.4
中学校	全 国	6.6	17.6	25.9	16.8	33.9	34.5	2.1
	宮城県（仙台含む）	3.7	19.1	29.8	13.8	66.5	16.5	2.1
	宮城県（仙台除く）	4.0	21.0	29.8	16.1	64.5	18.5	2.4

● 項目別得点表

小学校

● 男子

得点	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	ソフトボール投げ
10	26kg以上	26回以上	49cm以上	50点以上	30回以上	8.0秒以下	192cm以上	40m以上
9	23~25	23~25	43~48	46~49	69~79	8.1~8.4	180~191	35~39
8	20~22	20~22	38~42	42~45	57~68	8.5~8.8	168~179	30~34
7	17~19	18~19	34~37	38~41	45~56	8.9~9.3	156~167	24~29
6	14~16	15~17	30~33	34~37	33~44	9.4~9.9	143~155	18~23
5	11~13	12~14	27~29	30~33	23~32	10.0~10.6	130~142	13~17
4	9~10	9~11	23~26	26~29	15~22	10.7~11.4	117~129	10~12
3	7~8	6~8	19~22	22~25	10~14	11.5~12.2	105~116	7~9
2	5~6	3~5	15~18	18~21	8~9	12.3~13.0	93~104	5~6
1	4kg以下	2回以下	14cm以下	17点以下	7回以下	13.1秒以上	92cm以下	4m以下

● 女子

得点	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	ソフトボール投げ
10	25kg以上	23回以上	52cm以上	47点以上	64回以上	8.3秒以下	181cm以上	25m以上
9	22~24	20~22	46~51	43~46	54~63	8.4~8.7	170~180	21~24
8	19~21	18~19	41~45	40~42	44~53	8.8~9.1	160~169	17~20
7	16~18	16~17	37~40	36~39	35~43	9.2~9.6	147~159	14~16
6	13~15	14~15	33~36	32~35	26~34	9.7~10.2	134~146	11~13
5	11~12	12~13	29~32	28~31	19~25	10.3~10.9	121~133	8~10
4	9~10	9~11	25~28	25~27	14~18	11.0~11.6	109~120	6~7
3	7~8	6~8	21~24	21~24	10~13	11.7~12.4	98~108	5
2	4~6	3~5	18~20	17~20	8~9	12.5~13.2	85~97	4
1	3kg以下	2回以下	17cm以下	16点以下	7回以下	13.3秒以上	84cm以下	3m以下

● 総合評価基準表

小学校

● 男女共通

段階	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳
A	39以上	47以上	53以上	59以上	65以上	71以上
B	33~38	41~46	46~52	52~58	58~64	63~70
C	27~32	34~40	39~45	45~51	50~57	55~62
D	22~26	27~33	32~38	38~44	42~49	46~54
E	21以下	26以下	31以下	37以下	41以下	45以下

※総合評価は8種目全て実施した場合に合計得点で判定する。

● 項目別得点表

中学校

● 男子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ
10	56kg以上	35回以上	64cm以上	63点以上	4'59"以下	125回以上	6.6秒以下	265cm以上	37m以上
9	51~55	33~34	58~63	60~62	5'00"~5'16"	113~124	6.7~6.8	254~264	34~36
8	47~50	30~32	53~57	56~59	5'17"~5'33"	102~112	6.9~7.0	242~253	31~33
7	43~46	27~29	49~52	53~55	5'34"~5'55"	90~101	7.1~7.2	230~241	28~30
6	38~42	25~26	44~48	49~52	5'56"~6'22"	76~89	7.3~7.5	218~229	25~27
5	33~37	22~24	39~43	45~48	6'23"~6'50"	63~75	7.6~7.9	203~217	22~24
4	28~32	19~21	33~38	41~44	6'51"~7'30"	51~62	8.0~8.4	188~202	19~21
3	23~27	16~18	28~32	37~40	7'31"~8'19"	37~50	8.5~9.0	170~187	16~18
2	18~22	13~15	21~27	30~36	8'20"~9'20"	26~36	9.1~9.7	150~169	13~15
1	17kg以下	12回以下	20cm以下	29点以下	9'21"以上	25回以下	9.8秒以上	149cm以下	12m以下

● 女子

得点	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	持久走	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ
10	36kg以上	29回以上	63cm以上	53点以上	3'49"以下	88回以上	7.7秒以下	210cm以上	23m以上
9	33~35	26~28	58~62	50~52	3'50"~4'02"	76~87	7.8~8.0	200~209	20~22
8	30~32	23~25	54~57	48~49	4'03"~4'19"	64~75	8.1~8.3	190~199	18~19
7	28~29	20~22	50~53	45~47	4'20"~4'37"	54~63	8.4~8.6	179~189	16~17
6	25~27	18~19	45~49	42~44	4'38"~4'56"	44~53	8.7~8.9	168~178	14~15
5	23~24	15~17	40~44	39~41	4'57"~5'18"	35~43	9.0~9.3	157~167	12~13
4	20~22	13~14	35~39	36~38	5'19"~5'42"	27~34	9.4~9.8	145~156	11
3	17~19	11~12	30~34	32~35	5'43"~6'14"	21~26	9.9~10.3	132~144	10
2	14~16	8~10	23~29	27~31	6'15"~6'57"	15~20	10.4~11.2	118~131	8~9
1	13kg以下	7回以下	22cm以下	26点以下	6'58"以上	14回以下	11.3秒以上	117cm以下	7m以下

● 総合評価基準表

中学校

● 男女共通

段階	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳
A	51以上	57以上	60以上	61以上	63以上	65以上	65以上	65以上
B	41~50	47~56	51~59	52~60	53~62	54~64	54~64	54~64
C	32~40	37~46	41~50	41~51	42~52	43~53	43~53	43~53
D	22~31	27~36	31~40	31~40	31~41	31~42	31~42	31~42
E	21以下	26以下	30以下	30以下	30以下	30以下	30以下	30以下

※総合評価は8種目全て実施した場合に合計得点で判定する（持久走と20mシャトルランは選択）。