

## 1 調査の概要

(1) 調査期間 令和7年4月から7月末まで

(2) 調査対象 全国の小5男女児童、中2男女生徒全員（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。

(3) 調査参加学校・児童生徒数（公立学校のみ）

	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	18,438	913,144	9,430	816,548
宮城県 (仙台市を含む)	345	16,368	192	15,053
宮城県 (仙台市を除く)	227	8,593	128	8,336

(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

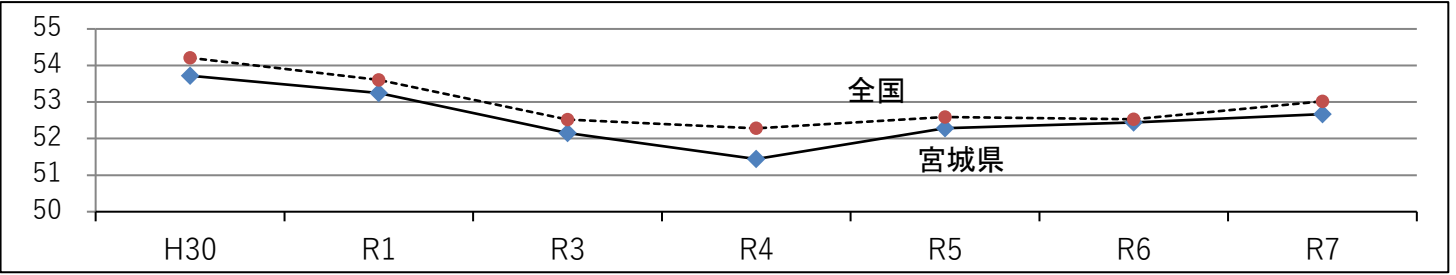
- 運動習慣、生活習慣等

③ 学校に対する質問紙調査

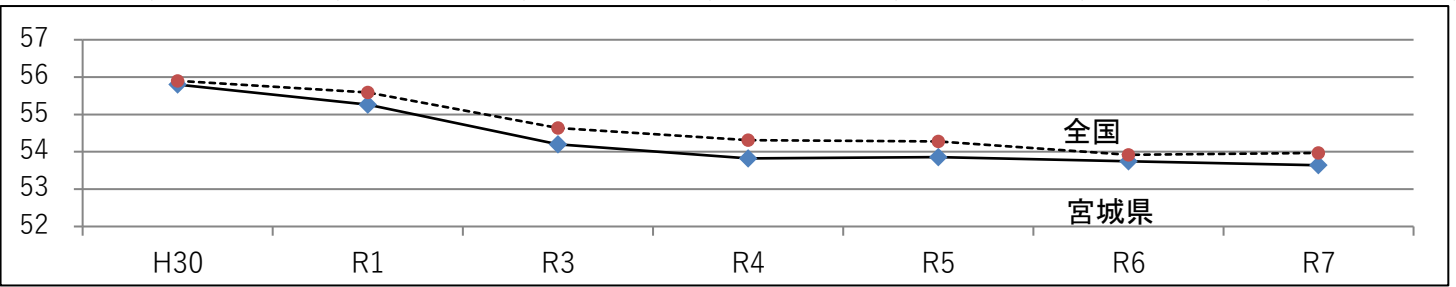
- 子どもの体力向上に係る学校の取組等

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

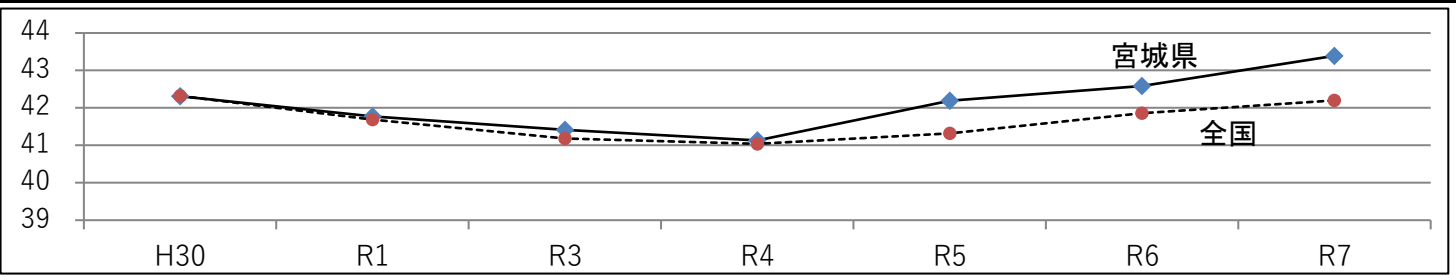
小5男子	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
宮城県	53.72	53.25	52.15	51.44	52.28	52.44	52.67
全 国	54.21	53.61	52.52	52.28	52.59	52.53	53.02
順 位	34	28	30	41	32	27	33



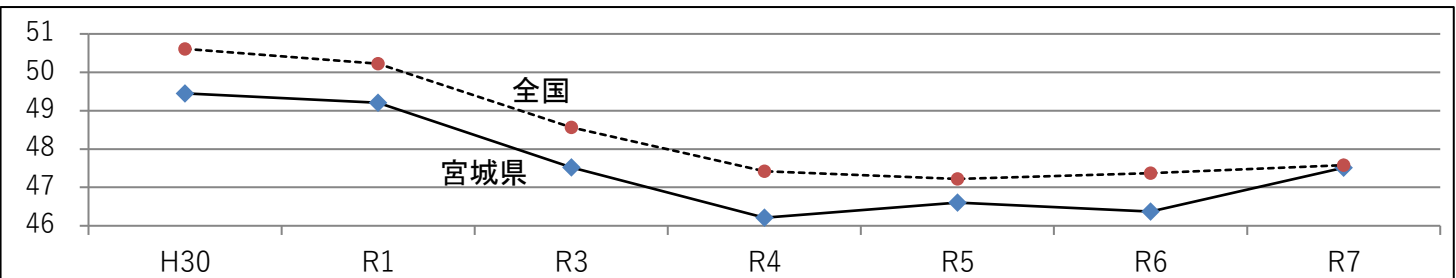
小5女子	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
宮城県	55.80	55.26	54.20	53.82	53.86	53.75	53.64
全 国	55.90	55.59	54.64	54.31	54.28	53.92	53.97
順 位	31	33	36	36	36	34	34



中2男子	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
宮城県	42.31	41.77	41.41	41.13	42.19	42.58	43.39
全 国	42.32	41.69	41.18	41.04	41.32	41.86	42.20
順 位	30	26	31	29	15	16	12



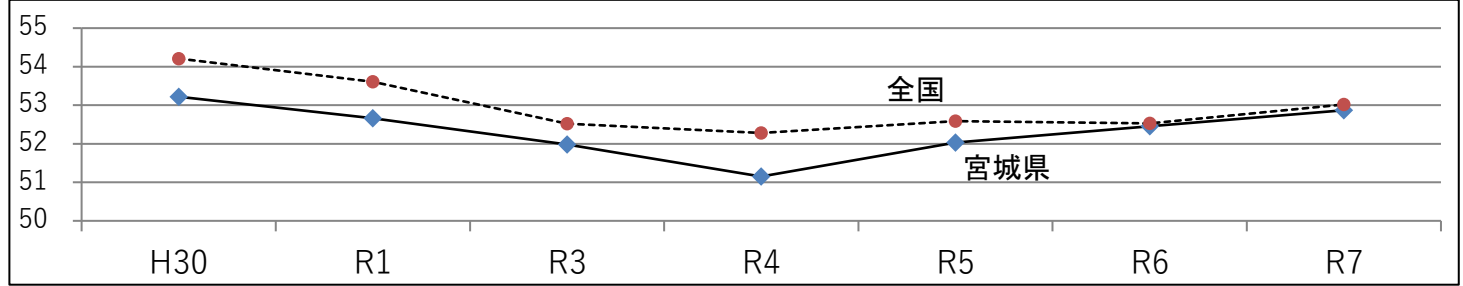
中2女子	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
宮城県	49.45	49.21	47.52	46.21	46.60	46.37	47.51
全 国	50.61	50.22	48.56	47.42	47.22	47.37	47.58
順 位	39	37	41	41	39	42	28



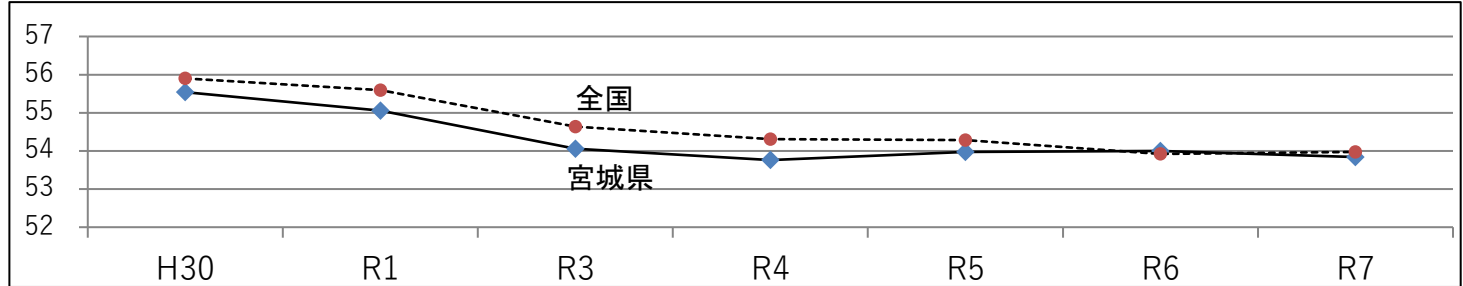
※体力合計点とは、小・中学校で各8種目の記録を男女別に点数化（1～10点）し、その合計点を80点満点で数値化したもの。  
※スポーツ庁では体力合計点の変化を「±0.5未満」は「ほとんど変化なし」、「±0.5～1未満」は「わずかに高（低）かった。」、「±1以上」は「高（低）かった」としている。

宮城県(仙台市を除く)体力合計点の推移

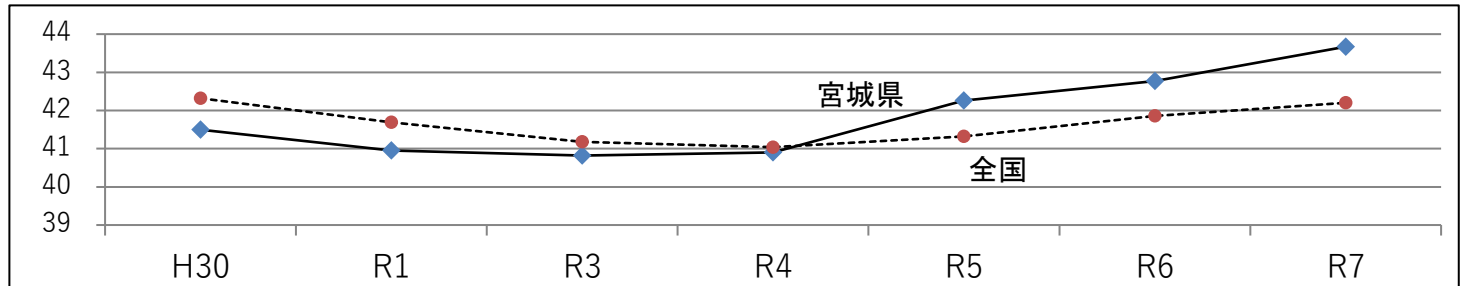
小5男子	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
宮城県	53.22	52.66	51.98	51.15	52.03	52.45	52.87
全 国	54.21	53.61	52.52	52.28	52.59	52.53	53.02
順 位	43	41	35	45	40	27	32



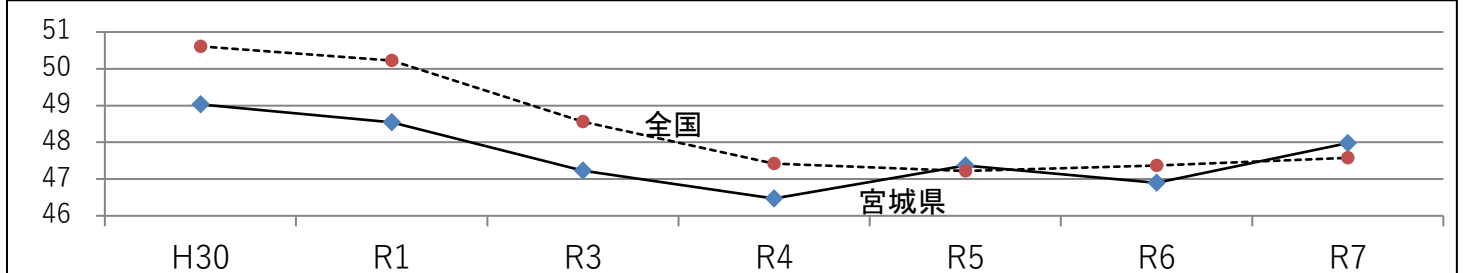
小5女子	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
宮城県	55.54	55.06	54.06	53.76	53.97	54.00	53.84
全 国	55.90	55.59	54.64	54.31	54.28	53.92	53.97
順 位	34	35	36	36	35	25	29



中2男子	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
宮城県	41.50	40.95	40.82	40.90	42.26	42.77	43.67
全 国	42.32	41.69	41.18	41.04	41.32	41.86	42.20
順 位	37	39	38	35	15	14	9



中2女子	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
宮城県	49.03	48.54	47.23	46.47	47.37	46.90	47.98
全 国	50.61	50.22	48.56	47.42	47.22	47.37	47.58
順 位	44	46	43	41	31	39	22



※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。

## 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 (仙台市含む)	宮城県 (仙台市除く)	全国値との差	
				宮城県 (仙台市含む)	宮城県 (仙台市除く)
握力 (kg)	15.96	16.19	16.20	↑ +0.23	↑ +0.24
上体起こし(回)	19.46	19.47	19.56	↑ +0.01	↑ +0.10
長座体前屈(cm)	33.88	33.66	33.70	-0.22	-0.18
反復横とび(点)	40.89	41.62	41.58	↑ +0.73	↑ +0.69
20mシャトルラン(回)	47.94	45.72	45.86	-2.22	-2.08
50m走(秒)	9.46	9.52	9.51	+0.06	+0.05
立ち幅とび(cm)	150.93	147.44	148.06	-3.49	-2.87
ソフトボール投げ(m)	21.06	21.65	21.77	↑ +0.59	↑ +0.71
体力合計点	53.02	52.67	52.87	-0.35	-0.15

### 【小学校5年生女子】

調査項目 \ 区分	全 国	宮城県 (仙台市含む)	宮城県 (仙台市除く)	全国値との差	
				宮城県 (仙台市含む)	宮城県 (仙台市除く)
握力 (kg)	15.61	15.99	15.95	↑ +0.38	↑ +0.34
上体起こし(回)	18.36	18.21	18.31	-0.15	-0.05
長座体前屈(cm)	38.15	38.00	37.55	-0.15	-0.60
反復横とび(点)	38.70	39.24	39.03	↑ +0.54	↑ +0.33
20mシャトルラン(回)	36.85	35.02	35.82	-1.83	-1.03
50m走(秒)	9.77	9.83	9.79	+0.06	+0.02
立ち幅とび(cm)	142.34	138.39	138.43	-3.95	-3.91
ソフトボール投げ(m)	13.11	13.37	13.58	↑ +0.26	↑ +0.47
体力合計点	53.97	53.64	53.84	-0.33	-0.13

※タイムによる比較となる50m走については、全国平均に対して－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 (仙台市含む)	宮城県 (仙台市除く)	全国値との差	
				宮城県 (仙台市含む)	宮城県 (仙台市除く)
握力 (kg)	28.95	29.81	30.20	↑ +0.86	↑ +1.25
上体起こし(回)	26.09	26.69	26.66	↑ +0.60	↑ +0.57
長座体前屈(cm)	45.12	47.27	47.29	↑ +2.15	↑ +2.17
反復横とび(点)	51.64	52.64	52.84	↑ +1.00	↑ +1.20
持久走 (秒)	409.25	416.68	417.13	+7.43	+7.88
20mシャトルラン(回)	78.82	75.74	75.28	-3.08	-3.54
50m走(秒)	8.00	7.98	7.94	↑ -0.02	↑ -0.06
立ち幅とび(cm)	197.51	200.06	199.75	↑ +2.55	↑ +2.24
ハンドボール投げ(m)	20.74	20.37	20.50	-0.37	-0.24
体力合計点	42.20	43.39	43.67	↑ +1.19	↑ +1.47

【中学校 2 年生女子】

調査項目 \ 区分	全 国	宮城県 (仙台市含む)	宮城県 (仙台市除く)	全国値との差	
				宮城県 (仙台市含む)	宮城県 (仙台市除く)
握力 (kg)	23.15	23.39	23.58	↑ +0.24	↑ +0.43
上体起こし(回)	20.70	21.70	21.80	↑ +1.00	↑ +1.10
長座体前屈(cm)	46.99	48.12	48.31	↑ +1.13	↑ +1.32
反復横とび(点)	45.74	46.16	46.37	↑ +0.42	↑ +0.63
持久走 (秒)	309.66	324.80	319.85	+15.14	+10.19
20mシャトルラン(回)	50.60	47.77	47.94	-2.83	-2.66
50m走(秒)	8.97	9.02	8.97	+0.05	±0.00
立ち幅とび(cm)	166.44	166.17	165.56	-0.27	-0.88
ハンドボール投げ(m)	12.43	11.85	12.17	-0.58	-0.26
体力合計点	47.58	47.51	47.98	-0.07	↑ +0.40

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

## 【児童生徒質問紙調査の傾向】

### (1) 一週間の総運動時間の状況

※420分は、運動習慣が身につい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	5.3	4.5	42.1	48.1
	宮城県（仙台市含む）	5.5	5.0	46.1	43.4
	宮城県（仙台市除く）	6.2	5.7	46.2	41.9
小5女	全 国	8.7	8.6	56.3	26.5
	宮城県（仙台市含む）	10.6	9.9	59.3	20.3
	宮城県（仙台市除く）	11.1	10.5	58.3	20.1
中2男	全 国	7.7	1.7	14.0	76.6
	宮城県（仙台市含む）	6.5	1.4	12.3	79.9
	宮城県（仙台市除く）	6.3	1.8	12.4	79.5
中2女	全 国	17.1	4.3	22.9	55.7
	宮城県（仙台市含む）	16.0	4.4	20.0	59.6
	宮城県（仙台市除く）	15.6	4.2	19.7	60.6

### (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	72.7	20.7	4.5	2.0
	宮城県（仙台市含む）	71.4	21.5	5.0	2.1
	宮城県（仙台市除く）	69.9	22.8	5.1	2.2
小5女	全 国	54.1	31.7	10.0	4.2
	宮城県（仙台市含む）	50.4	32.6	12.3	4.7
	宮城県（仙台市除く）	49.7	33.7	11.8	4.8
中2男	全 国	66.4	24.7	6.0	2.8
	宮城県（仙台市含む）	66.2	25.5	5.6	2.7
	宮城県（仙台市除く）	65.2	26.4	5.6	2.8
中2女	全 国	43.0	34.3	15.4	7.4
	宮城県（仙台市含む）	40.3	36.0	16.4	7.3
	宮城県（仙台市除く）	38.7	37.2	16.9	7.2

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	73.7	20.9	3.9	1.5
	宮城県（仙台市含む）	70.3	23.5	4.5	1.8
	宮城県（仙台市除く）	68.4	25.3	4.7	1.6
小5女	全 国	56.9	31.2	9.4	2.5
	宮城県（仙台市含む）	52.5	33.9	10.7	2.9
	宮城県（仙台市除く）	51.2	35.2	10.5	3.1
中2男	全 国	56.8	36.4	4.8	2.0
	宮城県（仙台市含む）	57.5	36.7	4.2	1.6
	宮城県（仙台市除く）	57.8	36.6	3.9	1.7
中2女	全 国	38.0	46.2	12.1	3.7
	宮城県（仙台市含む）	35.2	48.4	12.8	3.7
	宮城県（仙台市除く）	34.5	49.3	12.7	3.6

### (3) 食事・睡眠・スクリーンタイムの状況

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	82. 5	13. 7	2. 8	1. 0
	宮城県 (仙台市含む)	83. 6	12. 8	2. 6	1. 1
	宮城県 (仙台市除く)	80. 9	15. 1	2. 9	1. 1
小 5 女	全 国	80. 4	15. 8	3. 1	0. 7
	宮城県 (仙台市含む)	81. 2	15. 1	3. 0	0. 7
	宮城県 (仙台市除く)	78. 9	17. 2	3. 0	0. 9
中 2 男	全 国	81. 9	12. 2	3. 9	2. 0
	宮城県 (仙台市含む)	82. 9	11. 5	3. 8	1. 8
	宮城県 (仙台市除く)	81. 1	12. 7	4. 0	2. 2
中 2 女	全 国	74. 4	18. 6	5. 0	1. 9
	宮城県 (仙台市含む)	76. 3	17. 4	4. 8	1. 5
	宮城県 (仙台市除く)	73. 6	19. 4	5. 5	1. 6

②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	10. 8	28. 2	32. 8	17. 2	7. 5	3. 5
	宮城県 (仙台市含む)	9. 5	26. 5	33. 3	18. 1	8. 5	4. 1
	宮城県 (仙台市除く)	10. 0	23. 5	32. 3	19. 2	9. 7	5. 3
小 5 女	全 国	10. 1	30. 2	33. 5	16. 7	7. 2	2. 4
	宮城県 (仙台市含む)	9. 9	30. 2	33. 5	16. 3	7. 7	2. 3
	宮城県 (仙台市除く)	10. 4	29. 5	32. 1	16. 5	8. 7	2. 8
中 2 男	全 国	3. 0	8. 9	26. 3	36. 1	19. 7	6. 1
	宮城県 (仙台市含む)	2. 3	8. 9	26. 6	35. 7	20. 4	6. 1
	宮城県 (仙台市除く)	2. 5	7. 8	24. 6	36. 0	22. 6	6. 6
中 2 女	全 国	1. 6	6. 3	20. 4	35. 4	27. 6	8. 6
	宮城県 (仙台市含む)	1. 5	6. 0	21. 2	35. 6	27. 6	8. 0
	宮城県 (仙台市除く)	1. 5	6. 0	21. 4	33. 6	28. 8	8. 9

③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。(スクリーンタイム)

(%)

		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	16. 9	10. 4	15. 4	20. 6	22. 6	12. 1	1. 9
	宮城県 (仙台市含む)	18. 5	10. 3	16. 5	22. 0	23. 0	8. 9	0. 9
	宮城県 (仙台市除く)	19. 6	10. 5	16. 5	21. 1	23. 0	8. 5	0. 9
小 5 女	全 国	13. 1	9. 7	14. 6	20. 0	24. 0	16. 3	2. 3
	宮城県 (仙台市含む)	13. 8	9. 5	15. 6	22. 0	25. 1	12. 6	1. 5
	宮城県 (仙台市除く)	15. 3	10. 0	15. 1	20. 4	24. 7	12. 8	1. 6
中 2 男	全 国	17. 6	12. 4	20. 8	26. 4	17. 9	4. 4	0. 6
	宮城県 (仙台市含む)	19. 3	13. 0	21. 2	25. 6	17. 2	3. 3	0. 5
	宮城県 (仙台市除く)	21. 8	13. 7	21. 8	23. 7	15. 5	2. 8	0. 5
中 2 女	全 国	16. 6	12. 6	21. 1	26. 3	18. 0	5. 1	0. 4
	宮城県 (仙台市含む)	15. 8	12. 7	21. 4	27. 1	18. 0	4. 8	0. 3
	宮城県 (仙台市除く)	18. 7	13. 2	22. 4	25. 5	16. 1	4. 0	0. 3

● 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	80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。

参考資料  
スポーツ庁HPより



● 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)。