

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

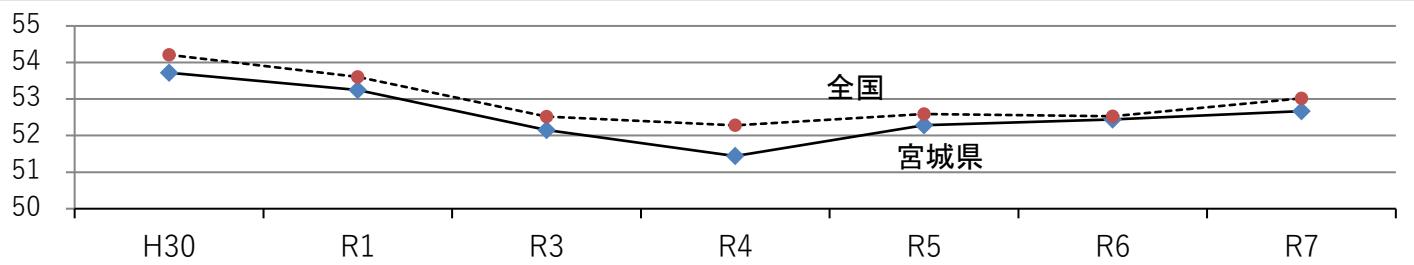
③ 学校に対する質問紙調査

- 子どもの体力向上に係る学校の取組等

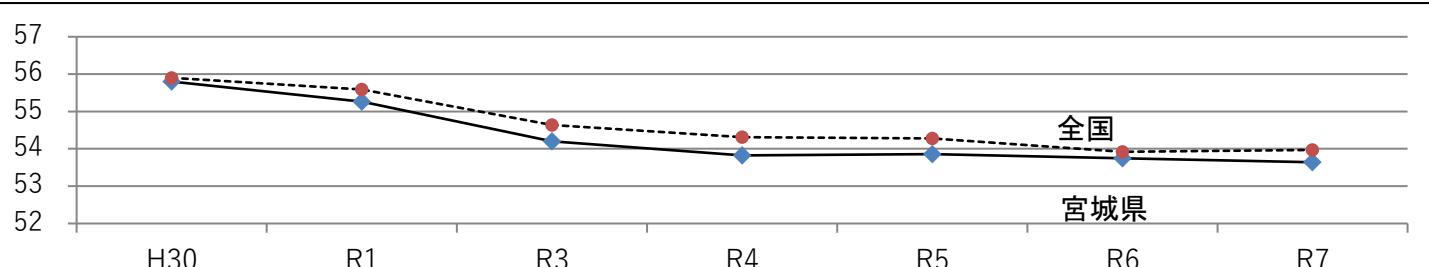
2 調査結果【体力・運動能力調査の傾向】

宮城県(仙台市を含む)体力合計点の推移

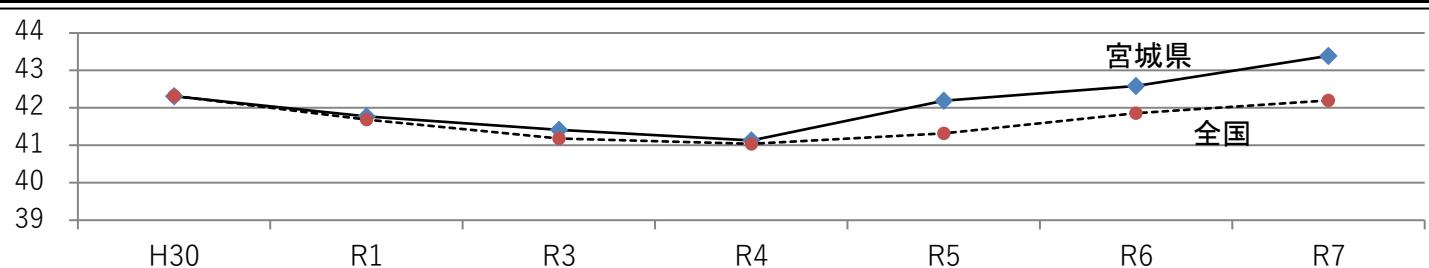
小5男子	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
宮城県	53.72	53.25	52.15	51.44	52.28	52.44	52.67
全 国	54.21	53.61	52.52	52.28	52.59	52.53	53.02
順 位	34	28	30	41	32	27	33



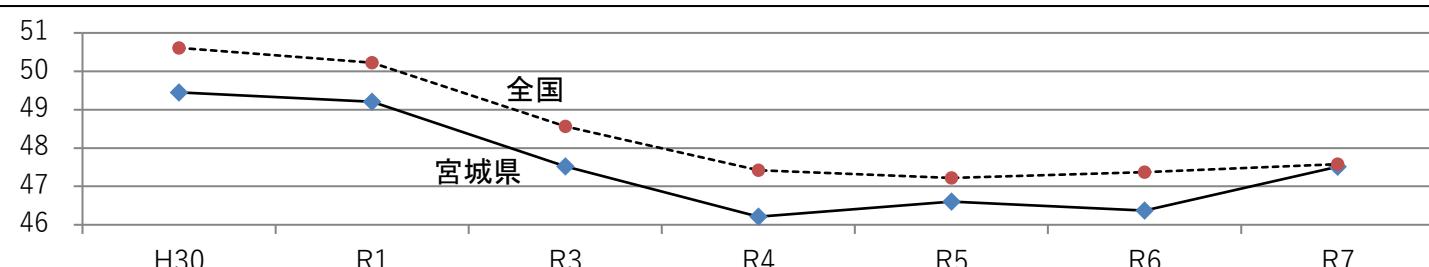
小5女子	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
宮城県	55.80	55.26	54.20	53.82	53.86	53.75	53.64
全 国	55.90	55.59	54.64	54.31	54.28	53.92	53.97
順 位	31	33	36	36	36	34	34



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

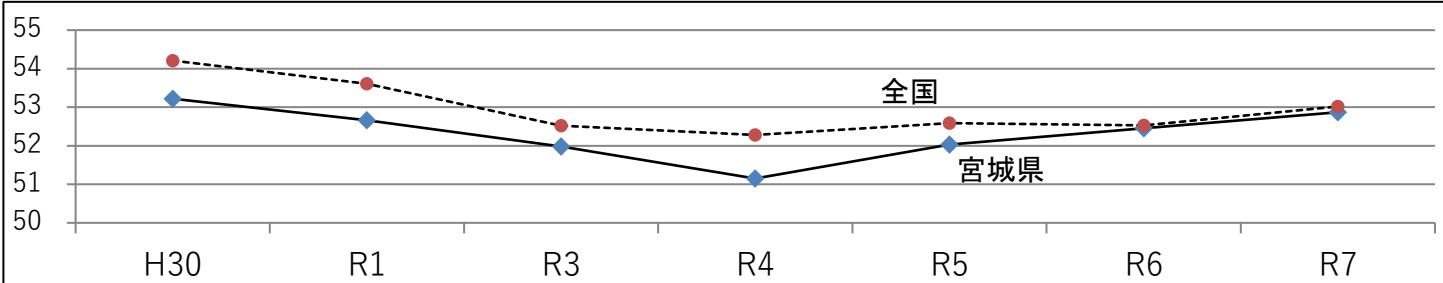


※体力合計点とは、小・中学校で各8種目の記録を男女別に点数化（1～10点）し、その合計点を80点満点で数値化したもの。

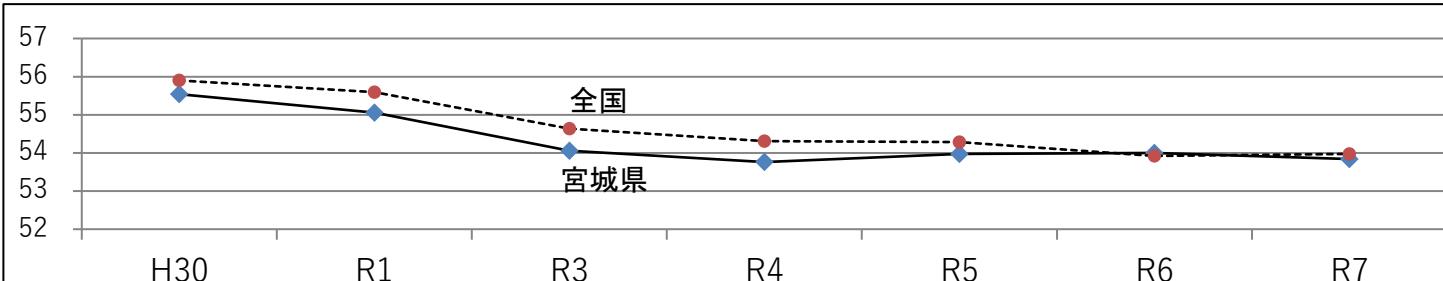
※スポーツ序では体力合計点の変化を「±0.5未満」は「ほとんど変化なし」、「±0.5～1未満」は「わずかに高（低）かった。」、「±1以上」は「高（低）かった」としている。

宮城県(仙台市を除く)体力合計点の推移

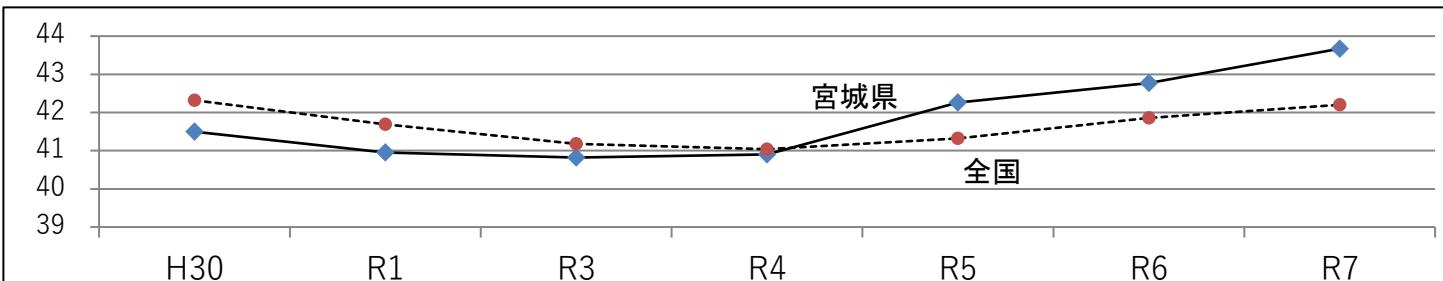
小5男子	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
宮城県	53.22	52.66	51.98	51.15	52.03	52.45	52.87
全 国	54.21	53.61	52.52	52.28	52.59	52.53	53.02
順 位	43	41	35	45	40	27	32



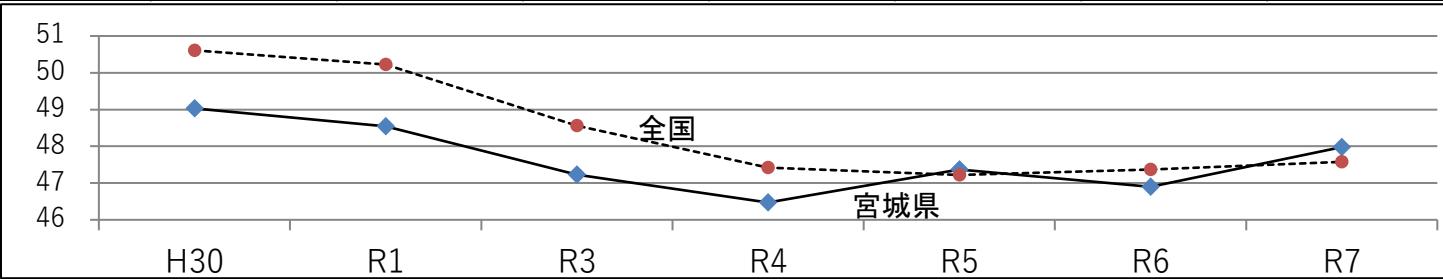
小5女子	H30	R1	R3	R4	R5	R6	R7
宮城県	55.54	55.06	54.06	53.76	53.97	54.00	53.84
全 国	55.90	55.59	54.64	54.31	54.28	53.92	53.97
順 位	34	35	36	36	35	25	29



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。

※スポーツ序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	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	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	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	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	樂 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

参考資料
スポーツ庁HPより

● 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	ソフトボーラ投げ
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	ソフトボーラ投げ
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)。