

令和元年度 宮城県小・中・高等学校  
体力・運動能力調査 結果速報

目 次

- 1 平均値一覧 . . . . . P 1
- 2 令和元年度と平成30年度との結果比較 . . . . . P 2
- 3 経年変化（各種目，小5・中2・高2） . . . . . P 3

## 令和元年度宮城県小・中・高等学校体力・運動能力調査 平均値 一覧

男子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトルラン (折り返し数)	持久走 (秒)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)
小学校1年生	9.21	11.17	26.25	26.54	17.57		11.73	109.81	<u>8.17</u>
小学校2年生	10.86	13.80	27.39	30.31	26.45		10.91	120.23	<u>11.46</u>
小学校3年生	12.60	16.10	29.46	34.31	34.58		10.31	130.56	<u>15.29</u>
小学校4年生	14.35	17.91	30.79	38.33	41.23		9.88	139.15	<u>18.76</u>
小学校5年生	16.42	19.63	33.35	42.08	48.17		9.53	148.03	<u>22.39</u>
小学校6年生	<u>19.38</u>	21.36	35.43	45.36	55.55		9.12	159.27	<u>26.09</u>
中学校1年生	<u>23.44</u>	23.52	39.78	48.84	66.23	<u>454.92</u>	8.69	177.52	<u>16.95</u>
中学校2年生	<u>28.95</u>	26.93	44.01	52.02	81.50	408.93	8.05	194.93	19.69
中学校3年生	33.78	29.41	47.49	54.90	88.28	<u>401.01</u>	7.62	207.86	22.11
高校1年生	<u>36.86</u>	29.18	48.00	56.74	83.56	392.05	7.51	216.27	<u>22.85</u>
高校2年生	<u>39.13</u>	30.65	50.40	57.79	88.18	385.16	7.33	221.79	24.65
高校3年生	<u>40.79</u>	31.51	51.23	58.56	87.04	384.90	7.30	<u>223.42</u>	<u>25.34</u>

女子	握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (点)	20mシャトルラン (折り返し数)	持久走 (秒)	50m走 (秒)	立ち幅とび (cm)	ボール投げ (m)
小学校1年生	8.69	10.83	28.24	25.69	14.92		12.06	102.38	<u>5.52</u>
小学校2年生	10.33	13.41	29.85	29.40	21.33		11.18	113.23	<u>7.37</u>
小学校3年生	11.91	15.34	32.40	33.11	26.71		10.60	123.48	<u>9.37</u>
小学校4年生	13.90	17.26	34.50	37.16	32.45		10.11	133.01	<u>11.50</u>
小学校5年生	16.31	18.70	37.21	40.77	39.42		9.72	143.32	13.79
小学校6年生	<u>19.18</u>	19.90	40.14	43.40	44.59		9.34	151.51	<u>15.55</u>
中学校1年生	<u>21.24</u>	20.60	42.86	45.21	49.13	312.45	9.19	161.17	10.76
中学校2年生	23.72	23.56	46.15	47.03	55.49	298.87	8.88	167.30	12.27
中学校3年生	24.99	24.96	48.34	47.46	56.51	299.47	8.78	<u>168.72</u>	12.97
高校1年生	25.28	23.72	47.26	48.58	48.93	303.29	8.89	170.14	12.96
高校2年生	<u>26.13</u>	23.99	48.22	48.70	49.47	303.57	8.89	169.27	13.26
高校3年生	<u>26.51</u>	24.41	48.90	48.43	47.78	307.92	8.96	168.57	13.74

※ボール投げは、小学校はソフトボール投げ、中・高等学校はハンドボール投げ

     体力向上プロジェクト事業が始まった平成15年度からの県平均の最高値  
 ..... 体力向上プロジェクト事業が始まった平成15年度からの県平均の最高値と同記録  
 \_\_\_\_\_ 体力向上プロジェクト事業が始まった平成15年度からの県平均の最低値

校種別の宮城県令和元年度と宮城県平成30年度との結果比較

区分	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		シャトルラン		持久走		50 m 走		立ち幅とび		ボール投げ		
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	
小学校	1	-0.08	-0.11	-0.02	-0.05	-0.10	-0.08	-0.46	-0.31	-0.29	0.65			-0.01	0.02	-0.17	-0.39	-0.14	-0.10
	2	-0.05	0.02	-0.34	0.01	-0.33	-0.34	-0.75	-0.40	-0.92	-0.30			0.03	0.01	-0.88	0.29	-0.32	-0.07
	3	-0.06	-0.14	0.05	-0.08	0.06	0.00	-0.26	-0.04	-0.56	-0.52			0.01	0.02	-0.39	0.05	-0.28	-0.24
	4	-0.09	0.10	0.01	0.15	-0.49	-0.13	-0.39	-0.19	-1.56	-1.40			0.02	0.01	-0.27	0.19	-0.43	-0.14
	5	-0.15	-0.01	-0.01	-0.23	0.01	-0.46	-0.24	-0.14	-1.70	-1.29			0.03	0.03	-0.86	-0.50	-0.44	-0.17
	6	-0.09	-0.03	-0.28	0.10	-0.11	-0.02	-0.41	0.23	-2.42	-0.60			0.05	-0.01	-1.36	0.27	-0.56	-0.32
中学校	1	-0.29	-0.39	0.04	-0.19	0.29	-0.12	0.13	-0.03	-0.80	-0.26	12.19	1.17	0.01	0.04	0.75	-0.51	-0.11	-0.13
	2	-0.30	0.00	-0.41	-0.12	0.55	0.28	-0.53	-0.01	-1.99	-2.02	5.18	6.04	0.04	0.02	-0.50	-0.22	0.01	0.16
	3	-0.12	-0.14	-0.38	-0.10	0.18	0.47	0.20	0.38	-1.69	-0.15	6.20	3.04	-0.01	0.00	0.11	0.03	-0.07	-0.01
高等学校	1	-0.30	-0.13	-0.12	0.39	-0.48	0.02	-0.14	0.20	-1.67	-0.64	-5.66	-4.70	0.01	0.00	-1.85	-0.18	-0.53	0.22
	2	-0.33	-0.07	-0.30	-0.33	0.86	0.34	-0.19	0.28	-1.13	-1.00	-1.53	-5.56	-0.02	-0.02	-0.04	-0.25	0.22	-0.15
	3	-0.38	-0.15	-0.21	-0.04	0.17	0.23	-0.25	-0.24	-2.93	-1.48	0.93	0.32	0.02	0.04	-1.76	-0.14	-0.55	0.06

\* ボール投げは、小学校はソフトボール投げ、中・高等学校はハンドボール投げ

\* 網掛けは、平均値の向上が見られた項目の数値。持久走、50 m 走については、－（マイナス）で表記。

【結果比較の概要】（）は前年度の各項目数

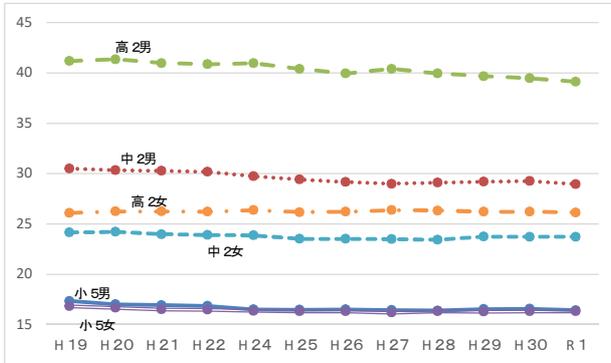
校種	向上した項目	低下した項目	概 要
小学校 (96項目)	16項目 (65項目)	80項目 (31項目)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度と比較して、記録の低下が目立つ。</li> <li>・女子の立ち幅とび、上体起こしにおいて記録が向上した学年が多い。</li> <li>・ソフトボール投げについては、全学年男女ともに記録が低下した。</li> </ul>
中学校 (54項目)	15項目 (34項目)	39項目 (20項目)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度と比較して、記録の低下が目立つ。</li> <li>・長座体前屈、反復横とび、立ち幅とびにおいて、記録が向上した学年が多い。</li> <li>・握力、シャトルラン、持久走については、全学年男女ともに記録が低下した。</li> </ul>
高等学校 (54項目)	17項目 (23項目)	37項目 (31項目)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度と比較して、記録の低下が目立つ。</li> <li>・長座体前屈、持久走、ハンドボール投げにおいて、記録が向上した学年が多い。</li> <li>・握力、シャトルラン、立ち幅とびについては、全学年男女ともに記録が低下した。</li> </ul>

## 中期経年変化（平成19年度～令和元年度）〔小5・中2・高2男女〕

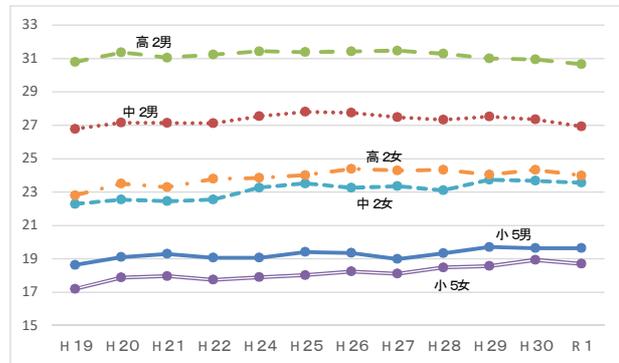
体力・運動能力調査の結果について、中期的な推移をみるため、平成19年度から令和元年度まで（平成23年度は調査を実施していない地域もあり、参考値としていることから除いている。）の経年変化をグラフで表した。比較の対象は、スポーツ庁「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の対象学年（小学5年生、中学2年生）及び、高校2年生とした。

● 小5男 ● 中2男 ● 高2男  
● 小5女 ● 中2女 ● 高2女

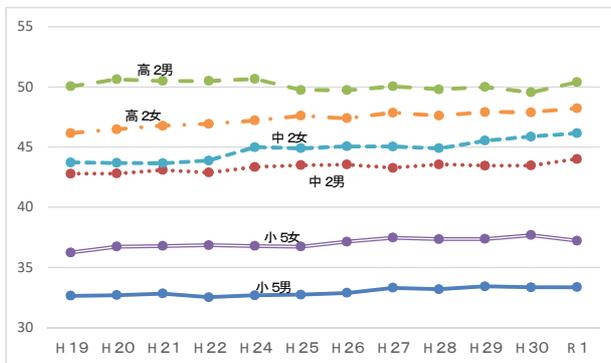
〔握力 (kg)〕



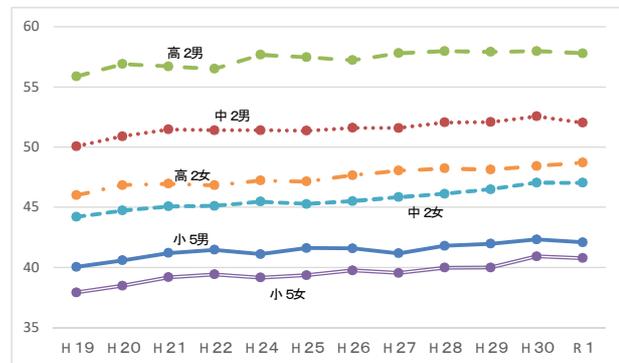
〔上体起こし (回)〕



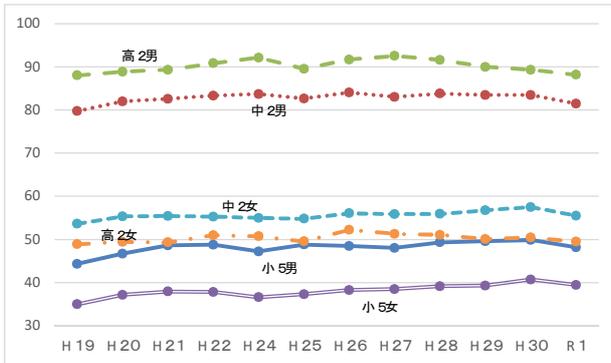
〔長座体前屈 (cm)〕



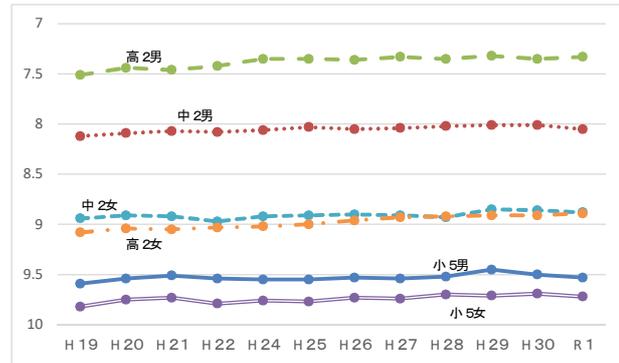
〔反復横とび (点)〕



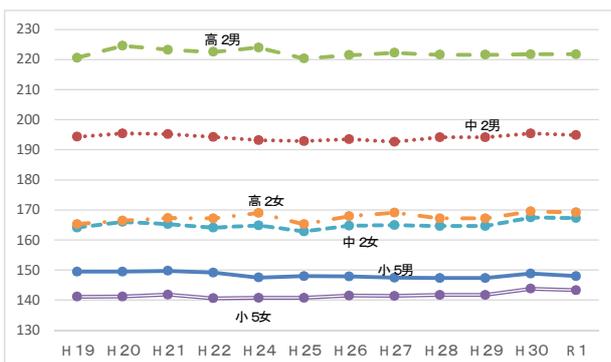
〔20mシャトルラン (回)〕



〔50m走秒〕



〔立ち幅とび (cm)〕



〔ソフトボール投げ (ハンドボール投げ) (m)〕

