

令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果 における仙台市の概要がまとまりました

スポーツ庁が実施した「令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果がまとまりました。今後、調査結果を基に、本市の児童生徒の体力・運動能力について現状と課題を分析し、引き続き健やかな体の育成の推進に取り組みます。

1 仙台市の調査対象

(1) 市立小学校および特別支援学校小学部の第5学年全員 約8,700人

(2) 市立中学校、中等教育学校および特別支援学校中学部の第2学年全員 約7,400人

*全国の調査児童生徒数 小学生：約105万人 中学生：約96万人

2 調査実施日

(1) 実技調査 4月～7月

(2) 質問紙調査（児童生徒用） 7月

3 調査事項および内容

(1) 実技調査項目

・身長・体重

・新体力テスト（8項目）

①握力

②上体起こし

③長座体前屈

④反復横とび

⑤20mシャトルラン

*中学校は持久走と20mシャトルランから選択。本市では20mシャトルランで統一

⑥50m走

⑦立ち幅とび

⑧ボール投げ（小学校：ソフトボール、中学校：ハンドボール）

(2) 質問紙調査

運動習慣・生活習慣・食習慣等に関する質問

4 結果概要 * 詳細は別添の資料をご覧ください

全国の体力合計点*の平均値は、小学校第5学年の男子・女子、中学校第2学年の男子・女子いずれも昨年度の平均値より低下した。特に男子で大きく低下している状況であり、小学校第5学年男子は、調査開始以降、過去最低の数値となった。

本市においても、昨年度に比べて低下傾向にあるものの、昨年度高得点であった小学校第5学年女子を除き、下げ幅が全国と比較して大きくないため、結果として、多くの項目が全国平均値を上回った。

※体力合計点

各種目の記録を、男女別・校種別に異なる種目別得点表を用い1～10点に得点化したものの合計点であり、他の校種および男女との間での単純な比較はできない

令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等 調査結果における仙台市の概要について

1 調査結果の概要

(1) 体力合計点について（平均値）

【本市の傾向について】 ※種目ごとの結果等については別紙参考資料参照

- ・小学校第5学年男子および中学校第2学年の男子・女子が全国平均値を上回った。
- ・中学校第2学年女子が、本市における平成18年度以降の最高値を記録した。

体力合計点の平均 (単位：点)		男子				女子			
		仙台市	全国	宮城県	大都市	仙台市	全国	宮城県	大都市
小学校 第5学年	R1	53.96	53.61	53.25	53.19	55.48	55.59	55.26	54.74
	H30	54.34	54.21	53.72	53.61	56.12	55.90	55.80	54.94
中学校 第2学年	R1	42.83	41.56	41.77	40.64	★50.09	50.03	49.21	48.94
	H30	43.42	42.18	42.31	41.22	50.00	50.43	49.45	49.31

※表中、★印のある数値が本市の平成18年度以降の最高値で、大都市とは東京23区と政令指定都市をいう
※体力合計点とは、各種目の記録を、男女別・校種別に異なる種目別得点表を用い1～10点に得点化したものの合計点であることから、他の校種および男女との間での単純な比較はできない

(2) 体格について（平均値）

【本市の傾向について】

- ・小・中学校の男子・女子とも、身長、体重のいずれも全国の上位である。

体格平均値		H30 仙台市		R1 仙台市	R1 全国	全国との差	
小学校 第5学年	男子	身長 (cm)	139.57	→	139.57	138.92	+ 0.65
		体重 (kg)	34.96	→	35.09	34.37	+ 0.72
	女子	身長 (cm)	140.74	→	140.82	140.12	+ 0.70
		体重 (kg)	34.41	→	34.59	34.11	+ 0.48
中学校 第2学年	男子	身長 (cm)	161.20	→	160.61	160.00	+ 0.61
		体重 (kg)	49.85	→	49.39	48.84	+ 0.55
	女子	身長 (cm)	155.25	→	155.36	154.86	+ 0.50
		体重 (kg)	47.20	→	47.48	46.82	+ 0.66

※前年度比±1パーセント未満の場合は「→」と表記する

※+と網掛けは、仙台市平均値が全国平均値を上回った項目、▲は下回った項目である

(3) 質問紙調査について（運動習慣を抜粋）

【小学校第5学年の傾向について】

- ・運動やスポーツに対する関心は、男子・女子とも全国平均値を上回った。
- ・1週間の授業以外の総運動時間は昨年度より短くなり、全国平均値と比べ男子・女子とも下回った。
- ・体力向上の目標を立てている児童は、男子・女子とも全国平均値を大きく上回った。

①小学校第5学年【男子】（単位：パーセント）

質問内容	回答	H30 仙台市		R1 仙台市	R1 全国	全国との差
運動が好き	好き	75.1	↘	73.8	71.2	+ 2.6
1週間の授業以外の総運動時間		563.8分	↘	523.55分	556.81分	▲ 33.26分
体力向上の目標を立てている	いる	75.1	↗	79.2	74.5	+ 4.7

②小学校第5学年【女子】（単位：パーセント）

質問内容	回答	H30 仙台市		R1 仙台市	R1 全国	全国との差
運動が好き	好き	54.8	↗	55.8	55.6	+ 0.2
1週間の授業以外の総運動時間		319.1分	↘	303.24分	348.90分	▲ 45.66分
体力向上の目標を立てている	いる	74.4	↗	79.3	74.2	+ 5.1

【中学校第2学年の傾向について】

- ・運動やスポーツに対する関心は、男子・女子とも全国平均値を上回った。
- ・1週間の授業以外の総運動時間は男子・女子とも昨年度より短くなったが、全国平均値を大きく上回った。
- ・体力向上の目標を立てている生徒は、男子・女子とも全国平均値を上回った。

③中学校第2学年【男子】（単位：パーセント）

質問内容	回答	H30 仙台市		R1 仙台市	R1 全国	全国との差
運動が好き	好き	64.8	↗	66.7	62.5	+ 4.2
1週間の授業以外の総運動時間		893.2分	↘	845.24分	817.46分	+ 27.78分
体力向上の目標を立てている	いる	73.7	↘	72.3	67.0	+ 5.3

④中学校第2学年【女子】（単位：パーセント）

質問内容	回答	H30 仙台市		R1 仙台市	R1 全国	全国との差
運動が好き	好き	49.9	↗	51.1	46.8	+ 4.3
1週間の授業以外の総運動時間		669.7分	↘	636.00分	596.01分	+ 39.99分
体力向上の目標を立てている	いる	73.2	↘	69.1	65.6	+ 3.5

2 本市の現状を踏まえた今後の取り組みについて

「仙台市健やかな体の育成プラン2017」に基づき実施してきた施策の充実や改善等に努めつつ、今後も下記のような本市児童生徒のさらなる体力・運動能力向上を目指す取り組みを積極的に推進していきたい。

（1）体育科・保健体育科の授業改善の提案

- ・新学習指導要領に基づいた体育科・保健体育科の授業づくりを推進するとともに、本市の体力・運動能力の課題を意識した準備運動や補強運動等を積極的に取り入れた運動量豊富な授業の促進を図る。
- ・児童生徒が運動の特性に十分に触れ、「運動が好き」「運動は楽しい」「運動は大切」等の思いを持つ授業づくりを継続する。
- ・体育が苦手または運動に意欲的ではない児童生徒へ配慮した授業づくりの実技研修会を実施する。
- ・【新規】教育センターと連携を図りながら、体育科・保健体育科の授業改善モデル案を検討作成し、協力校で実践検証するとともにその成果を啓発する。

（2）運動の日常化、習慣化の啓発

- ・小学校低学年から運動や遊びを楽しみながら、継続的に体を動かすことを習慣化できる環境づくりを普及していく。
- ・市内小学校の体力向上に向け提案した「パワーアップ仙台っ子プロジェクト」に運動遊びの実例集を追加し、更なる活用を図る。
- ・地域と学校が連携したスポーツイベント実施等の支援を継続する。
- ・【新規】課題とする投能力向上のための日常的な遊びや体育科・保健体育科の準備運動や補強運動を検討、提案し、協力校で実践し結果を検証する。

(3) 体力・運動能力調査実施と結果の活用

- ・各実技調査の正しい測定方法および課題改善に有効な運動事例等の実技研修会を実施する。
- ・体力プロフィールソフトを活用し、各校の実態把握と分析に役立てる。個に応じた結果配布による目標設定と意欲付け、保護者への啓発を図る。
- ・各校の体力・運動能力調査の課題解決を意識した体育・保健体育の授業づくり及び運動の日常化に向けた取り組みを推進させ、有効な取組事例については市内共有化を図る。

(4) 小学校入学前の啓発

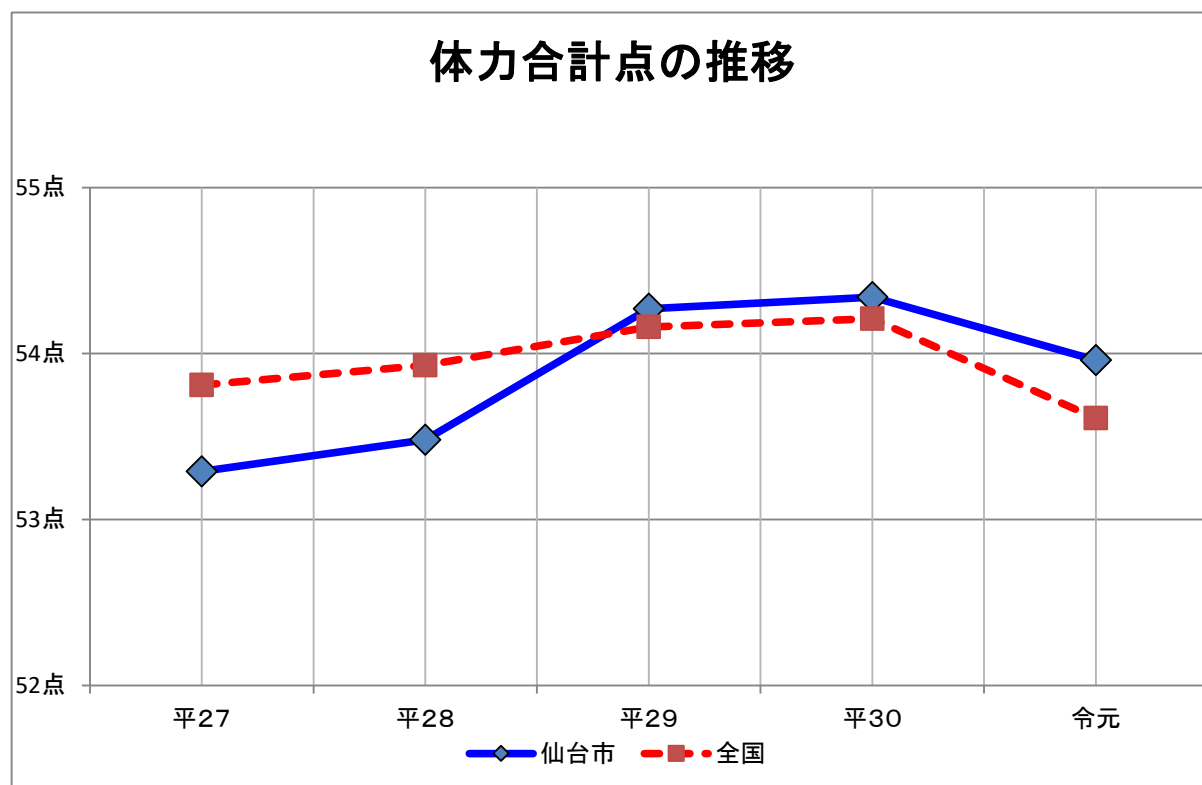
- ・未就学児の体力・運動能力に低下傾向がみられることから、就学時健康診断や入学説明会等の機会を活用し、未就学児とその保護者向けに健康に関する啓発資料を配布する。

(5) 健康教育推進校の取組の周知、普及

- ・【新規】健康教育推進校の募集要件を、各学校実情に応じて日常的に取り組みやすい内容に改善し、希望校の拡充を目指す。
- ・健康教育推進校（蒲町小学校、川前小学校、芦口小学校、松陵中学校、南吉成中学校）における健やかな体を育成するための取り組みを支援するとともに、有効な実践について全校へ周知し、普及を図る。

小学校第5学年男子 体力合計点等の推移(平成27年度～令和元年度)

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	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点	
									仙台市	全国
年度	(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)		
平27	16.43	19.05	33.54	41.59	49.55	9.50	148.38	23.76	53.29	53.81
平28	16.41	19.49	33.78	41.97	50.25	9.50	147.47	23.07	53.48	53.93
平29	16.71	19.95	33.85	42.59	50.47	★9.42	149.16	23.76	54.27	54.16
平30	16.65	★20.08	★34.19	★42.75	★51.09	9.43	149.17	23.33	★54.34	54.21
令元	16.56	20.03	33.83	★42.75	49.75	9.46	148.72	22.85	53.96	53.61



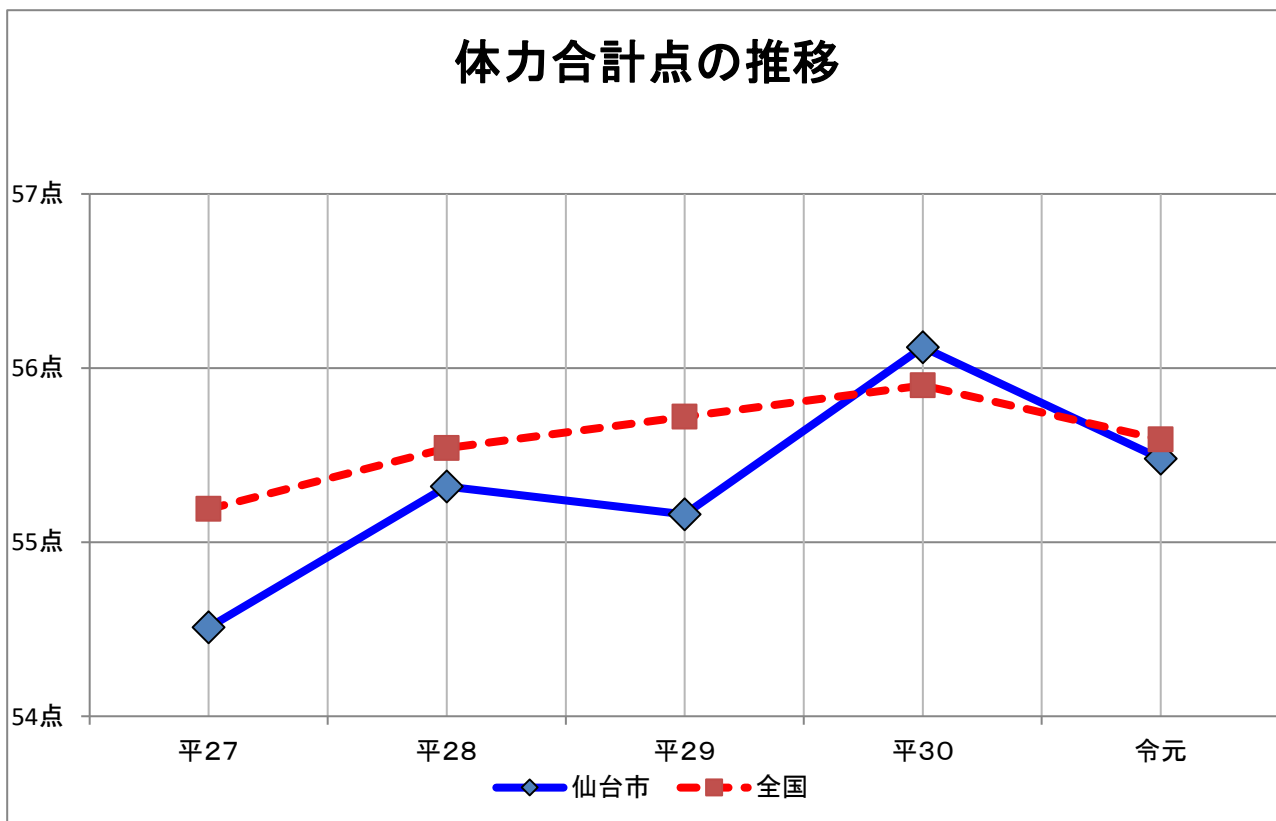
【小学校第5学年男子の傾向について】

- ・握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、ソフトボール投げの5項目が、全国平均値を上回った。
- ・反復横とびは、過去5年間向上傾向にあり、今年度は平成18年度以降の最高値を記録した。
- ・20mシャトルラン、50m走、立ち幅とびが全国平均値を下回った。

小学校第5学年女子 体力合計点等の推移(平成27年度～令和元年度)

種目	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 (m)	体力合計点	
									仙台市	全国
平27	16.21	18.10	37.91	39.51	38.48	9.74	141.52	13.73	54.51	55.19
平28	16.42	18.57	38.28	40.19	39.03	9.69	142.02	13.99	55.32	55.54
平29	16.38	18.71	38.20	40.29	39.01	9.71	142.03	13.78	55.16	55.72
平30	16.37	★19.12	★38.56	★41.05	★40.8	★9.65	143.99	13.88	★56.12	55.90
令元	16.28	18.90	37.99	40.94	39.59	9.68	143.12	13.61	55.48	55.59

体力合計点の推移

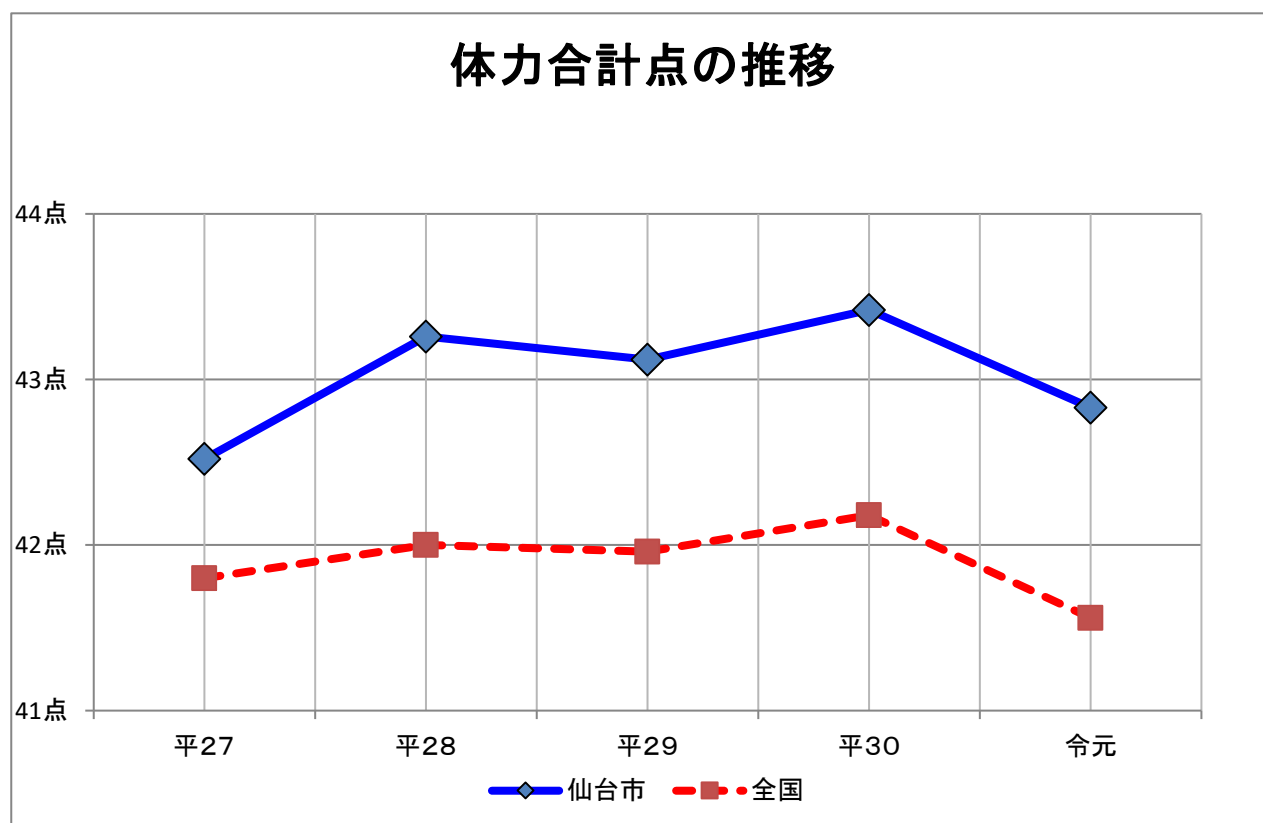


【小学校第5学年女子の傾向について】

- ・握力、長座体前屈、反復横とびの3項目が全国平均値を上回り、ソフトボール投げが同等であった。
- ・上体起こし、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とびが全国平均値を下回った。

中学校第2学年男子 体力合計点等の推移(平成27年度～令和元年度)

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	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点	
									仙台市	全国
年度	(kg)	(回)	(cm)	(点)	(回)	(秒)	(cm)	(m)		
平27	28.67	28.05	44.00	52.19	85.16	7.99	193.88	20.06	42.52	41.80
平28	29.15	28.02	44.61	52.65	85.77	8.00	197.02	20.12	43.26	42.00
平29	29.18	28.13	44.70	52.65	85.19	7.98	196.37	20.02	43.12	41.96
平30	29.10	28.07	44.96	★53.13	★86.11	★7.97	197.51	20.04	★43.42	42.18
令元	28.93	27.50	★45.54	52.62	83.77	8.02	198.07	19.89	42.83	41.56

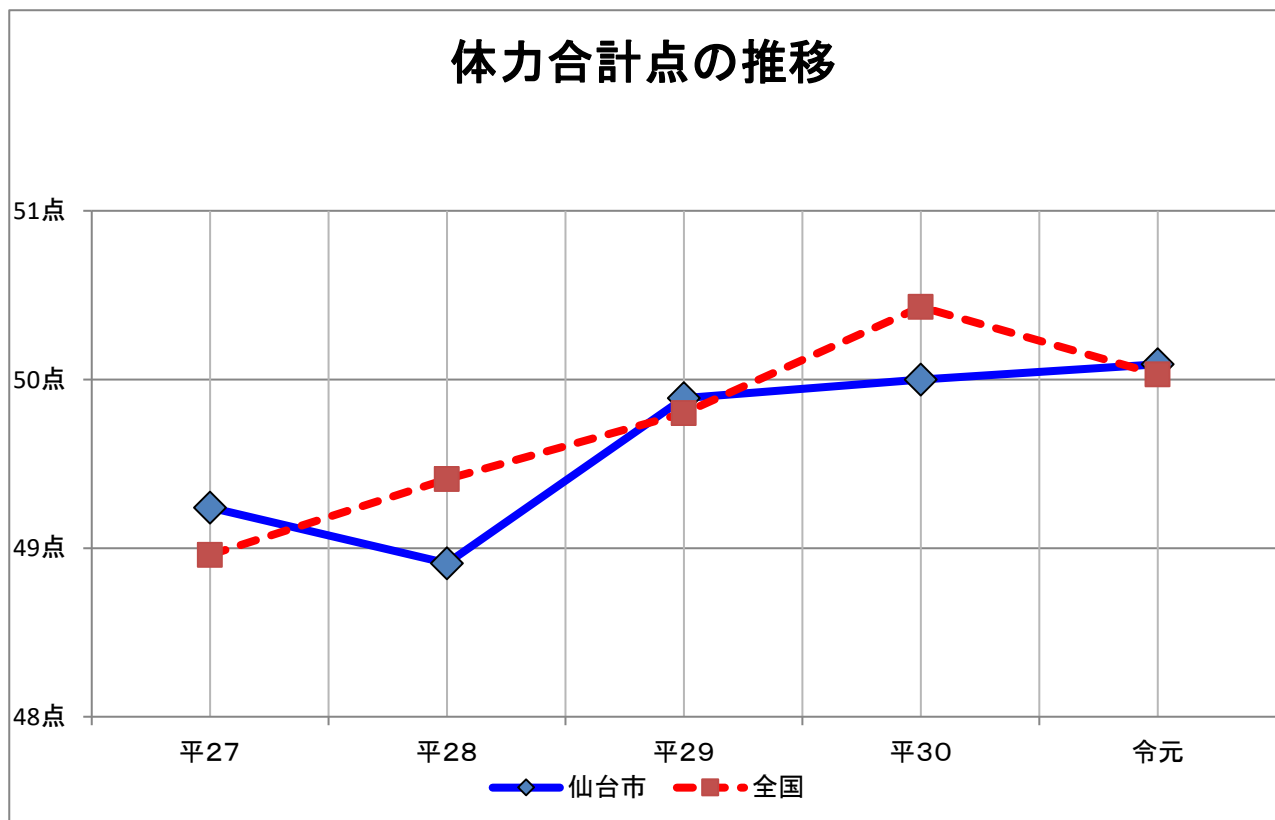


【中学校第2学年男子の傾向について】

- ・握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とびの6項目が、全国平均値を上回り、50m走が同等であった。
- ・長座体前屈は、過去5年間向上傾向にあり、今年度は平成18年度以降の最高値を記録した。
- ・ハンドボール投げが全国平均値を下回った。

中学校第2学年女子 体力合計点等の推移(平成27年度～令和元年度)

種目	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)	ハンド ボール 投げ (m)	体力合計点	
									仙台市	全国
平27	23.53	23.89	46.24	46.49	57.11	8.88	167.42	12.10	49.24	48.96
平28	23.41	23.60	46.31	46.61	57.01	8.90	167.16	11.87	48.91	49.41
平29	23.72	★24.35	46.73	46.81	58.01	★8.82	168.97	12.00	49.89	49.80
平30	23.61	24.29	46.65	★47.33	★58.80	8.83	169.24	11.94	50.00	50.43
令元	23.88	23.86	★47.85	47.18	56.17	8.87	★170.35	12.18	★50.09	50.03



【中学校第2学年女子の傾向について】

- ・握力、上体起こし、長座体前屈、立ち幅とびの4項目が、全国平均値を上回った。
- ・長座体前屈は、向上傾向にあり、今年度は平成18年度以降の最高値を記録した。
- ・立ち幅とびは、過去4年間向上傾向にあり、今年度は平成18年度以降の最高値を記録した。
- ・反復横とび、20mシャトルラン、50m走、ハンドボール投げが全国平均値を下回った。