

(全5枚中の1枚目)

校種	中・高・特中・特高	受験番号	
----	-----------	------	--

⑤ 中学校・高等学校 保健体育 解答例

(1) , (2) はすべての受験者が解答すること)

1

(1) 2点×3	①	ア	②	サ	③	コ				
(2) 2点完答	①, ⑤			(3) 2点	オープンスキル					
(4) 2点完答	①	ウ	②	ア	③	キ	④	コ	⑤	エ
(5) 2点×2	①	オ	②	カ	(6) 2点	適応機制				

2

(1) 2点×3	①	なぎなた	②	空手(空手道)	③	フェンシング				
(2) 2点	エ → ウ → ア → イ				(3) 2点	マススタート				
(4) 2点	モーグル									
(5) 2点	(例) アフタービートとは、拍子の後拍を強調することで、8ビートの場合、2・4・6・8拍に当たる部分を強調することをいう。									
(6) 2点	捕手(キャッチャーも可)				(7) 2点	イ	(8) 2点	エ		
(9) 2点完答	⑤, ⑥									

⑤ 中学校・高等学校 保健体育 解答例

(3~9) は中学校受験者のみ解答すること)

3

(1) 2点×2	(例) 体のどの部位が伸展や収縮をしているのかを意識できるようにすること			
	(例) 可動範囲を徐々に広げたり, 負荷の少ない動的な運動から始めたりして行うようにすること			
(2) 2点×2	①	(例) 関節には可動範囲があること		
	②	(例) 体温が上がると筋肉は伸展しやすくなること		
(3) 1点×2	①	カ	②	ア

4

(1) 2点×3	①	(例) 助走距離を短くし, 踏み切り板を両足で踏み切るようにする。		
	②	(例) 両手で体重を支えること		
	③	(例) セーフティーマット上に, 自由にかつ安全に跳び下りる経験をさせる。		
(2) 2点	(例) 自己の取り組むべき技術的な課題が明確になり, 学習の成果を高められること			
(3) 2点	懸垂技群			

5

(1) 2点×3	(例) スタートダッシュから1台目のハードルまで勢いよく走ること			
	(例) 遠くから踏み切り, 振り上げ脚をまっすぐに振り上げること			
	(例) インターバルでは, 3又は5歩のリズムを最後のハードルまで維持して走ること			
(2) 2点	(例) (深く上体を) 前傾させること			

⑤ 中学校・高等学校 保健体育 解答例

6

(1) 2点	(例) (相手や味方の動きを捉えることが重要となるため,) 周囲を見ながらプレイさせること	
(2) 2点完答	イ, エ	
(3) 2点	(例) 相手をつまづかせる反則 (または, つまづかせようとする反則)	
(4) 2点	(例) ラリーの中で, 味方の動きに応じた位置に動くこと	

7

(1) 2点×2	(例) 自分を律することにつながること	
	(例) 相手を尊重する態度を形に表すこと	
(2) 2点	進退動作	

8

(1) 2点	ハインリッヒの法則	
(2) 2点×2	①	(例) 災害発生時や災害発生が予測される時に, 一時的に避難する場所
	②	(例) 災害発生時や災害発生が予測される時に, 避難した人が, 災害の危険性がなくなるまで生活する施設
(3) 2点	(例) しゃくり上げるような不規則な呼吸	

9

2点×5

①	事故防止	②	4 8	③	7
④	3	⑤	困難さ		

⑤ 中学校・高等学校 保健体育 解答例

(10~16 は高等学校受験者のみ解答すること)

10

(1) 1点×2	①	倒立伸膝前転			②	片足側面水平立ち		
(2) 1点×2	①	動きのポイント			②	練習の仕方		
(3) 1点×4	①	ウ	②	コ	③	カ	④	キ

11

(1) 2点×2	①	(例) 最初の小手打ちに相手に対応したとき、隙ができた胴を打つこと						
	②	(例) 相手と接近した状態にあるとき、隙ができた小手を退きながら打つこと						
(2) 2点	突き技							

12

(1) 2点×3	①	中間走		②	バトン		③	長く	
(2) 2点完答	イ, ウ								
(3) 2点	(例) 十分に腕を伸ばした状態でバトンを受渡すこと								

13

(1) 2点完答	ウ, カ								
(2) 2点×2	①	競技会			②	効率			
(3) 2点	座位								

⑤ 中学校・高等学校 保健体育 解答例

14

(1) 2点完答	イ, オ		(2) 1点×2	①	調和		②	社会	
(3) 2点完答	①	ウ		②	イ		③	ア	
(4) 2点	がん診療連携拠点病院				(5) 2点	妊婦健康診査 (妊婦検診も可)			
(6) 2点	(例) 高齢者が、介護が必要になっても住み慣れた地域で自立した生活ができるよう、要介護者の周囲の環境に対しても働きかけて支援していくこと								

15

(1) 1点×4	①	エ		②	コ		③	イ		④	サ	
(2) 2点	(例) ダブルスで味方が前衛の右側にいる場合に、守備のバランスをとるために後衛の左側をカバーする。											

16 2点×5

①	文化的特性		②	変容		③	共生社会		
④	高潔さ		⑤	持続可能					