

検査Ⅳ 保健体育

(解答上の注意) 解答は、すべて解答用紙に記入すること。

- 1 次の文は、『高等学校学習指導要領』(平成30年告示)「第2章 各学科に共通する各教科 第6節 保健体育」の一部を抜粋したものである。文中の(①)～(⑩)に入る語句を答えなさい。

「第2款 各科目 第1 体育 2 内容」

A 体づくり運動

体づくり運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

- (1) 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方、体力の(①)、実生活への取り入れ方などを理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てること。

ア (②)の運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と主体的に関わり合うこと。

- (3) 体づくり運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、(③)に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保すること。

G ダンス

ダンスについて、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

- (1) 次の運動について、感じを込めて踊ったり仲間と自由に踊ったり、自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、ダンスの名称や用語、(④)と表現の仕方、交流や発表の仕方、課題解決の方法、体力の高め方などを理解するとともに、それぞれ特有の表現や踊りを身に付けて交流や発表をすること。

ア (⑤)では、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、対極の動きや空間の使い方に変化を付けて即興的に表現したり、イメージを強調した作品にまとめたりして踊ること。

イ フォークダンスでは、日本の(⑥)や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を強調して、音楽に合わせて多様なステップや動きと組み方で仲間と対応して踊ること。

「第2款 各科目 第2 保健 2 内容」

(3) 生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 生涯を通じる健康について理解を深めること。

(7) 生涯の (⑦) における健康

生涯を通じる健康の保持増進や回復には、生涯の (⑦) の健康課題に応じた自己の健康管理及び環境づくりが関わっていること。

(i) 労働と健康

労働災害の防止には、労働環境の変化に起因する傷害や (⑧) などを踏まえた適切な健康管理及び安全管理をする必要があること。

(4) 健康を支える環境づくりについて、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 健康を支える環境づくりについて理解を深めること。

(7) 環境と健康

人間の生活や産業活動は、自然環境を汚染し健康に影響を及ぼすことがあること。それらを防ぐには、汚染の防止及び改善の対策をとる必要があること。また、(⑨) は、学校や地域の環境を健康に適したものとするよう基準が設定され、それに基づき行われていること。

(i) 健康に関する環境づくりと社会参加

自他の健康を保持増進するには、(⑩) の考え方を生かした健康に関する環境づくりが重要であり、それに積極的に参加していくことが必要であること。また、それらを実現するには、適切な健康情報の活用が有効であること。

2 SDGsの説明文について各問いに答えなさい。

SDGs (Sustainable Development Goals) は、「誰一人取り残さない」(①) によりよい社会の実現を目指す世界共通の目標です。2015年の国連サミットにおいて全ての加盟国が合意した「(①) な開発のための (②) アジェンダ」の中で掲げられました。(②) 年を達成年限とし、(③) のゴールと (④) のターゲットから構成されています。

(外務省ホームページ掲載パンフレットより一部抜粋)

(1) 説明文の (①) ~ (④) に入る語句または数字を答えなさい。

(2) 下線部のゴールについて、ゴール3では「すべての人に健康と () を」と目標が設定されている。空欄に入る語句を答えなさい。

- 3 次の文は、「長野県高等学校の運動部活動方針」（平成31年2月 長野県教育委員会）の一部を抜粋したものである。文中の（①）～（④）に入る語句または数字を答えなさい。

3 適切な休養日等の設定

(1) 運動部活動における休養日及び活動時間については、成長期にある生徒が、運動、食事、休養及び睡眠のバランスのとれた生活を送ることができるよう、「スポーツ医・科学の観点からのジュニア期におけるスポーツ活動時間に関する研究」（参考）を踏まえるとともに、高等学校段階では、各学校において中学校教育の基礎の上に、心身の発達や進路に応じて、多様な教育が行われていることも留意し、以下を基準とする。

- 学期中は、原則として、週当たり（①）日以上の休養日を設ける。（平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）は少なくとも1日以上を休養日とする。週末に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。）
- 長期休業中の休養日の設定は、原則として、学期中に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養を取ることができるとともに、運動部活動以外にも（②）な活動を行うことができるよう、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。
- 1日の活動時間は、平日及び学校の休業日（学期中の週末を含む。）とともに、長くとも（③）時間程度とし、できるだけ短時間に、（④）でかつ効率的・効果的な活動を行う。

なお、大会や練習試合等で、基準とする1日の活動時間を上回る場合には、他の日の活動時間を調整するなど、週当たりの活動時間にも留意する。

4 次の各問いに答えなさい。

- (1) インスリンの量が不足するか、または働きが不十分なことによって血液中のブドウ糖の量が多くなる（血糖が高くなる）病気を糖尿病という。糖尿病には、生活習慣が大きくかかわって発症する型があるがそれは何型か答えなさい。
- (2) 酒類に含まれるアルコールは体内に入ると大部分は酸化により分解される。酸化過程の最初の2ステップは主に肝臓で行われ、まずアルコール脱水素酵素によって有毒な物質に酸化される。この物質の名称を答えなさい。
- (3) 薬物乱用に関して、警察庁発表の平成28年から令和2年までの各種薬物事犯の検挙人員の推移によると、平成28年10,457人に比べ令和2年8,471人に減少してきている覚醒剤事犯に対し、平成28年2,536人に比べ令和2年5,034人と大幅に増加している薬物事犯がある。この薬物事犯で使用されている薬物の名称を答えなさい。

- (4) 現在、新型コロナウイルス感染症が世界で猛威を振るっているが、新興感染症と呼ばれている感染症は大流行を引き起こす危険性が高い。次の表の(①)～(③)に入る新興感染症の疾患名を答えなさい。

疾患名	発見(確認)年・国	症状	感染経路
レジオネラ症	1976年・アメリカ	肺炎症状	経気道感染
(①)	1976年・スーダン	全身出血, 臓器壊死	血液・体液の接触
(②)	1982年・アメリカ	下痢, 腎機能低下	経口感染
C型肝炎	1989年・アメリカ	黄だん, 嘔吐, 食欲不振	血液・体液の接触, 母子感染
(③)	2002年・中国	咳, 息切れなどの呼吸器症状など	接触感染, 飛沫感染

- 5 次の文の(①)～(④)に入る語句または数字を答えなさい。

「国民体育大会」の名称については、平成30年のスポーツ基本法の一部改正等により、令和6年に開催予定の佐賀大会から「(①)大会」に変更されることになった。

長野県では、昭和(②)年に第(③)回国民体育大会が開催されており、令和10年には、第(④)回(①)大会の開催が予定されている。

- 6 次の文の(①)～(④)に入る語句または数字を答えなさい。

環境省と気象庁による「熱中症警戒アラート」は、熱中症の危険性が極めて高くなると予測された際に、危険な暑さへの注意を呼びかけ、熱中症予防行動をとるよう促すための情報である。熱中症の危険度を判断する指標として、(①)指数(WBGT)がある。

(①)指数(WBGT)とは、人間の熱バランスに影響の大きい(②)・(③)・輻射熱など熱環境の3つを1:7:2の割合で取り入れた(①)の厳しさを示す指標である。

公益財団法人日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」(2019)で示す、「熱中症予防運動指針」では、ほぼ安全に運動ができる(①)指数を(④)未満としている。

- 7 バドミントンの競技規則(令和2年4月1日一部改訂)(公益財団法人日本バドミントン協会)について各問いに答えなさい。

- (1) バドミントンの正しいサービスの説明について(①)～(③)に入る語句または数字を答えなさい。

- ・サーバー及びレシーバーの(①)の一部分は、サービスを始めてからサービスがなされるまで、その位置でコート面に接していなければならない。
- ・サーバーは、ラケットで最初にシャトルの(②)を打つものとする。
- ・サーバーのラケットで打たれる瞬間に、シャトル全体が必ずコート面から(③)m以下でなければならない。

(2) 「レット」について正しいものを次のア～エの中からすべて選び記号で答えなさい。

- ア レシーバーの態勢が整う前にサーバーがサービスをしたとき
- イ サービスのときレシーバーがフォルトをしたとき
- ウ サービスが打ち返されて、シャトルがネットを越えた後、ネットにひっかかったとき
- エ 線審が判定できなくて、主審も判定できないとき

8 次の表は、柔道の投げ技についての説明と安全指導のポイントである。表を見て各問いに答えなさい。なお、技の説明については、右組を標準としている。

投げ技	技の説明	安全指導のポイント
(①)	「取」は、「受」を真前に崩し、「受」の後ろ腰に右腕を回し、「受」と重なり、両膝の伸展、引き手、後ろに回した右腕を使用し、「受」を腰に乗せ前方に投げる。	○ (④) を低くした状態で技をかけることを禁止し、自分のバランスを崩して低い姿勢になった場合は、持っている受の襟や袖を放し、自ら前受け身をとるように指導しましょう。
(②)	「取」は、「受」を右前隅に崩し、「受」の膝部に、右足を軸に、左足の土踏まず部分を当て、引き手、釣り手を作用させ前方に投げる。	○ 上体が崩れた場合は技をかけないで自らが後ろ受け身をとるよう指導することが重要です。 ○ 取は右足前さばきをしっかりとうえて技をかけるよう指導しましょう。
(③)	「取」は、「受」を右後ろ隅に崩し、左足を軸に右足の土踏まずの部分を、「受」の右足かかと部分に当て刈り投げる。	○ (⑤) となって倒れ込むことは禁止しましょう。 ○ 取は自分のバランスを崩した場合は、(⑤) となって倒れないように持っている受の襟や袖を放すように指導しましょう。そうすると受は状況に応じた受け身を安全にとりやすくなります。 ○ 右組の場合、取は受の右袖をしっかり引きつけ右後ろ隅に崩して技をかけるよう指導しましょう。

(1) (①) ～ (③) に入る技の名称を答えなさい。

(2) (④) ・ (⑤) に入る語句を答えなさい。

9 公益財団法人日本水泳連盟 競泳競技規則について各問いに答えなさい。

(1) スタートを行うとき、出発合図員がかける号令について、正しいものを次のア～ウの中から選び記号で答えなさい。

ア take your marks イ On your marks ウ Go to the start

(2) 自由形では、スタート後、折り返し後の体が完全に水没してもよい距離は壁から何m地点までか答えなさい。

(3) 平泳ぎでは、「スタート後、折り返し後に、最初の平泳ぎの蹴りの前に（ ）の蹴りが1回許される。」とある。空欄に入る語句を答えなさい。

(4) メドレー競技の「個人メドレー」と「メドレーリレー」の種目順序として正しいものを次のア～エの中からそれぞれ選び記号で答えなさい。

ア 背泳ぎ⇒平泳ぎ⇒バタフライ⇒自由形 イ バタフライ⇒背泳ぎ⇒平泳ぎ⇒自由形

ウ 背泳ぎ⇒バタフライ⇒平泳ぎ⇒自由形 エ バタフライ⇒平泳ぎ⇒背泳ぎ⇒自由形

10 次の表は、陸上競技の走高跳における競技結果を示したものである。表を見て各問いに答えなさい。

走高跳

競技者	試 技							無効 試技	追加試技			順位
	1m75	1m80	1m84	1m88	1m91	1m94	1m97		1m91	1m89	1m91	
A	○	×○	○	×○	×-	××		2	×	○	×	
B	-	○	×○	×○	-	×××		2	×	×		
C	-	×○	-	×○	-	-	×××	2	×	○	○	
D	-	×○	×○	×○	×××			()				
E	-	○	×○	×○	×r			2				

○は成功 ×は失敗 -はパス

(1) 競技者Dの無効試技の（ ）に入る数字を答えなさい。

(2) 競技者Eの1m91における2回目の「r」印は何を表すか答えなさい。

(3) 順位を競技者の記号（A～E）で答えなさい。

記号	保	番号	
----	---	----	--

検査IV 保健体育解答用紙

1

1点×10

①	構成要素	②	体ほぐし
③	合意形成	④	文化的背景
⑤	創作ダンス	⑥	民踊（民よう）
⑦	各段階	⑧	職業病
⑨	環境衛生活動	⑩	ヘルスプロモーション

2

1点×5

(1)	①	持続可能	②	2030
	③	17	④	169
(2)	福祉			

3

1点×4

①	2	②	多様
③	3	④	合理的

4

2点×6

(1)	2	型	(2)	アセトアルデヒド	
(3)	大麻		(4)	①	エボラ出血熱
(4)	②	腸管出血性大腸菌感染症	(4)	③	重症急性呼吸器症候群（SARS）

5

1点×4

①	国民スポーツ	②	53
③	33	④	82

記号	保	番号	
----	---	----	--

2

6

2点×4

①	暑さ	②	気温
③	湿度	④	21

7

1点×4

(1)	①	両足	②	台
	③	1.15 m		
(2)	ア ウ エ			

8

1点×5

(1)	①	大腰	②	膝車
	③	小内刈り		
(2)	④	頭部	⑤	同体

9

1点×5

(1)	ア	(2)	15 m
(3)	バタフライ		
(4)	個人メドレー	イ	メドレーリレー ア

10

1点×3

(1)	3									
(2)	試技放棄 (試合放棄・離脱)									
(3)	1位	C	2位	A	3位	B	4位	E	5位	D