

令 8 中学校・高等学校保健体育（5枚のうち1）
   
 （解答はすべて、解答用紙に記入すること）

I 次の文章は、中学校学習指導要領（平成 29 年告示）及び高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）における「保健体育」の目標である。あとの表は、目標の下線部 **A** 及び下線部 **B** について、それぞれに該当する学習指導要領解説に示された内容である。表中の（ ① ）～（ ⑤ ）に入る適切な語句を、それぞれ書きなさい。ただし、同じ記号には同じ語句が入る。

<p>【中学校 保健体育】</p> <p>体育や保健の見方・考え方を働かせ、<u>A課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して</u>、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。</p>
<p>【高等学校 保健体育】</p> <p>体育や保健の見方・考え方を働かせ、<u>B課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して</u>、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。</p>






表

校 種	内 容
中 学 校	体育分野においては、各領域特有の（ ① ）や魅力に応じた課題を発見し、運動に関わる（ ② ）や運動に伴う（ ③ ）の防止等の（ ④ ）な知識や技能及びスポーツライフをより豊かにするための知識等を活用して、自らの学習活動を振り返りつつ、（ ⑤ ）とともに課題を解決し、次の学びにつなげられるようにするといった学習の過程
高等学校	「体育」においては、各領域特有の（ ① ）や魅力に応じた課題や生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するための課題等を発見し、運動に関わる（ ② ）や運動に伴う（ ③ ）の防止等の（ ④ ）な知識や技能及びスポーツライフをより豊かにするための知識等を活用して、計画を立て、実践し、評価するといった課題解決の過程などを活用して、自らの学習活動を振り返りつつ、（ ⑤ ）とともに課題を解決し、次の学びにつなげられるようにするといった学習の過程

II 中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説保健体育編における第 2 章保健体育科の目標及び内容並びに高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）解説保健体育編体育編における第 2 章保健体育科の目標及び内容に記載されている器械運動（中学校：第 3 学年、高等学校：入学年次）について、次の問いに答えなさい。

1 次の表は、器械運動の知識・技能における技能について、鉄棒運動の主な技の例を示したものである。表中の（ ① ）～（ ⑤ ）に入る語句として適切なものを、あとのア～ソからそれぞれ 1 つ選んで、その符号を書きなさい。

表

系	技群	グループ	基本的な技 （主に中 1・2 で例示）	発 展 技
支 持 系	前方支持回転	前転	前方支持回転  （ ② ） 	前方伸膝支持回転 （ ⑤ ）
		（ ① ）	（ ③ ）  （ ④ ） 	前方もも掛け回転 もも掛け上がり  け上がり

<b>ア</b> 支持跳び越し下り	<b>イ</b> 踏み越し下り	<b>ウ</b> 前方膝掛け回転	<b>エ</b> 後方もも掛け回転	<b>オ</b> 後方膝掛け回転
<b>カ</b> 懸垂	<b>キ</b> 前方足掛け回転	<b>ク</b> 後方足掛け回転	<b>ケ</b> 後ろ振り跳びひねり下り	<b>コ</b> 懸垂振動
<b>サ</b> 前振り跳び下り	<b>シ</b> 棒下振り出し下り	<b>ス</b> 膝掛け上がり	<b>セ</b> 懸垂足掛け回転	<b>ソ</b> 振り跳び上がり

2 次の文 **A**、**B** は、器械運動（中学校：第 3 学年、高等学校：入学年次）の育成すべき資質・能力の三つの柱について、身に付けることができるよう指導する内容である。**A**、**B** が示す資質・能力を、それぞれ書きなさい。

**A** 技などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えること。

**B** 器械運動に自主的に取り組むとともに、よい演技を讃えようとするこ、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするこなどや、健康・安全を確保すること。

令 8
 中学校・高等学校保健体育（5枚のうち2）
 （解答はすべて、解答用紙に記入すること）

III 次の文章は、頭頸部外傷の事故防止における対応事例について述べたものである。あとの問いに答えなさい。

10月中旬、午前11時頃のマット運動の授業において、中学3年生の生徒Aは、倒立の練習を行っていた。十分な練習経験がない中で、壁を使わずに倒立を行った際、バランスを崩して前方に崩れ、頭頂部からマットに接触した。生徒Aが倒れたまま動かない様子であったため、教諭Bはすぐに駆け寄った。生徒Aは意識がなく、呼びかけにも反応しない。呼吸は非常に浅く、体は脱力していた。教諭Bは授業を中断し、ティーム・ティーチングを行っていた教諭Cに養護教諭・管理職への連絡と応援を依頼し、生徒Dに**AED**の手配を指示した。連絡をうけた①**養護教諭**は110番通報を行った。

教諭Bは②**頸椎損傷の可能性を考慮し、回復体位をとらせた**。その後、生徒Aの③**呼吸が停止したためCPRを行い、AEDを使用した**。**AED**使用時、電気ショック後に反応が見られなかったため、④**AEDを外し胸骨圧迫のみのCPRを行った**。そのまま、生徒Aは救急搬送された。

- 下線部①～④の対応について、適切なものには○を、適切ではないものには×を、それぞれ書きなさい。
- 英語の略語**AED**及び**CPR**の正式な日本語名称を、それぞれ漢字で書きなさい。

IV 熱中症の予防について、『学校における熱中症対策ガイドライン作成の手引き（令和6年4月追補版）』で示されている学校現場等での取組を効率的に確認できる次の《チェックリスト（抜粋）》及びあとの《熱中症警戒情報と熱中症特別警戒情報について》について、次の（ ① ）～（ ⑫ ）に入る適切な語句や数字を、それぞれ書きなさい。ただし、同じ記号には同じものが入る。

《チェックリスト（抜粋）》

（日頃の環境整備等）
 

☐ 活動実施前に活動場所における（ ① ）等により熱中症の危険度を把握できる環境を整える。
 ☐ 危機管理マニュアル等で、暑熱環境における活動（ ② ）の基準と判断者及び伝達方法を予め定め、関係者間で共通認識を図る。
 ☐ 休業日明け等の体が暑さや運動等に慣れていない時期は熱中症事故のリスクが高いこと、気温30℃未満でも湿度等の条件により熱中症事故が発生し得ることを踏まえ、暑さになれるまでの順化期間を設ける等、（ ③ ）を取り入れた無理のない活動計画とする。
 ☐ 熱中症発生時に速やかに対処できる体制を整備する。（重度の症状(意識障害やその疑い)があれば躊躇なく救急要請・（ ④ ）・AEDの使用も視野に入れる。）

（児童生徒等への指導等）
 

☐ 暑い日には（ ⑤ ）等により日差しを遮るとともに通気性・（ ⑥ ）性の良い服装を選ぶよう指導する。
 ☐ 児童生徒等の（ ⑦ ）着用に当たっても熱中症事故の防止に留意する。
 ☐ 運動の際には、気象情報や活動場所の（ ① ）を確認し、無理のない活動計画を立てるよう指導する。

《熱中症警戒情報と熱中症特別警戒情報について》

	熱中症警戒情報	熱中症特別警戒情報
一般名称	熱中症警戒（ ⑧ ）	熱中症特別警戒（ ⑧ ）
位置づけ	気温が著しく高くなることにより熱中症による人の健康に係る被害が生ずるおそれがある場合	気温が特に著しく高くなることにより熱中症による人の健康に係る重大な被害が生ずるおそれがある場合
発表基準	府県予報区等内のいずれかの（ ① ）情報提供地点における、日最高（ ① ）が（ ⑨ ）に達すると予測される場合	都道府県内において、全ての（ ① ）情報提供地点における翌日の日最高（ ① ）が（ ⑩ ）に達すると予測される場合
発表時間	前日午後（ ⑪ ）時頃及び当日午前（ ⑪ ）時頃	前日午後（ ⑫ ）時頃

令 8
 中学校・高等学校保健体育（5枚のうち3）
 （解答はすべて、解答用紙に記入すること）

V 次の文章は、雷への対応について述べたものである。文中の（ ① ）～（ ⑨ ）に入る語句や数字として適切なものを、あとのア～トからそれぞれ1つ選んで、その符号を書きなさい。ただし、同じ記号には同じものが入る。

雷は、（ ① ）の位置次第で、海面、平野、山岳など場所を選ばず落ちます。「真っ黒い雲が近づいてきた」「雷の音が聞こえてきた」「急に冷たい風が吹いてきた」のような変化を感じたら、それは（ ① ）が近づいている兆しです。まもなく、激しい雨と雷がやってきます。（ ② ）などの激しい突風が起きるおそれもあります。このような兆しがあれば、部活動などの（ ③ ）活動を中断し、速やかに（ ④ ）に避難します。登下校時に発生した場合には、近くの安全な場所に避難し、無理に（ ③ ）を移動しないようにします。（ ⑤ ）に乗っている場合は、すぐに降りて姿勢を低くして、安全な場所に避難します。（ ⑥ ）建築、自動車、バス、電車の内部は比較的安全です。（ ⑦ ）建築の内部も基本的に安全ですが、全ての（ ⑧ ）、天井・壁から（ ⑨ ）m以上離れればさらに安全です。

【学校の危機管理マニュアル作成の手引（文部科学省）】

ア 低気圧	イ 屋外	ウ 屋内	エ 自転車	オ 自動車
カ 鉄筋コンクリート	キ 電気器具	ク 避雷針	ケ 木造	コ 竜巻
サ 運動	シ 1	ス 3	セ 5	ソ 積乱雲
タ 窓	チ 全体	ツ 一部	テ 階層	ト 平屋

VI 次の文章は、生活習慣病について述べたものである。あとの問いに答えなさい。

生活習慣病とは、年齢や遺伝的な要因だけでなく、子どもの頃からの身体活動・運動や食事、休養・睡眠、喫煙や飲酒などの生活習慣、個人を取り巻く（ ① ）要因が、その発症・進行に深く関与する疾病の総称です。生活習慣病には、がん、（ ② ）心疾患、**A**脳血管疾患、高血圧症、**B**脂質異常症、**C**糖尿病、腎臓病、歯周病などがあります。発症自体を防ぐことを一次予防と言い、発病を早期に発見し、早期に治療をすることを二次予防と言います。さらに、重症化した病気から社会復帰するための治療や（ ③ ）を三次予防と言います。

- 文中の（ ① ）～（ ③ ）に入る適切な語句を、それぞれ書きなさい。
- 下線部**A**～**C**の生活習慣病について、次の表の（ ① ）～（ ⑤ ）に入る適切な語句や数字を、それぞれ書きなさい。

表

病 名	症 状
<b>A</b> <u>脳血管疾患</u>	（ ① ）の過剰摂取や飲酒が危険な要因とされている。
<b>B</b> <u>脂質異常症</u>	血液中の脂質のうち（ ② ）や悪玉コレステロールが過剰な状態、あるいは善玉コレステロールが少ない状態。（ ③ ）をもたらす。
<b>C</b> <u>糖 尿 病</u>	（ ④ ）というホルモンの作用不足により、血液中の糖の濃度が高くなってしまう病気。肥満と運動不足が発病に関係する。（（ ⑤ ）型糖尿病）

- 『学校におけるがん教育の在り方について（文部科学省）』の内容について、次の文中の（ ① ）～（ ⑦ ）に入る語句として適切なものを、あとのア～ソからそれぞれ1つ選んで、その符号を書きなさい。ただし、同じ記号には同じ語句が入る。

がんとは、体の中で、（ ① ）が際限なく増えてしまう病気である。（ ① ）は、様々な要因により、通常の細胞が細胞分裂する際に発生したものであるため、（ ② ）に伴いがんにかかる人が増える。また、数は少ないが子供がかかるがんもある。がんになる危険性を増す要因としては、たばこ、細菌・ウイルス、過量な飲酒、偏った食事、運動不足などの他、一部のまれなものではあるが、遺伝要因が関与するものもある。また、がんになる原因がわかっていないものもある。

がん治療の三つの柱は（ ③ ）治療、放射線治療、（ ④ ）治療（抗がん剤など）であり、がんの種類と進行度に応じて、三つの治療法を単独や、組み合わせて行う（ ⑤ ）が定められている。それらを医師等と相談しながら（ ⑥ ）に選択することが重要となっている。がんになったことで起こりうる痛みや心のつらさなどの症状を和らげ、通常の生活ができるようにするための医療が（ ⑦ ）である。

ア 客観的	イ 緩和ケア	ウ 原因菌	エ 予防	オ 対症
カ 薬物	キ 主体的	ク 加齢	ケ 標準治療	コ 特定治療
サ 異常細胞	シ 手術	ス ウイルス	セ 終末ケア	ソ 基礎診断



令 8
 中学校・高等学校保健体育
 (5枚のうち4)
 (解答はすべて、解答用紙に記入すること)

VII 次の文章は、ソフトテニスにおけるグラウンドストロークの指導方法について述べたものである。文中の ( ① ) ～ ( ⑧ ) に入る語句として最も適切なものを、あとのア～ソからそれぞれ1つ選んで、その符号を書きなさい。


テークバックでは、( ① ) は小鳥をつかむようにやさしく握るようにし、( ② ) の高さぐらいまで高くあげるようにするとよいでしょう。ただし、( ③ ) の大きさは打つボールの長さにより調整し、短く打つ場合は小さく、長く打つ場合は大きくなります。
 テークバックの完了と同時に ( ④ ) を設定し、タメを作ります。その状態から ( ⑤ ) を出し、後ろから前に体重移動していきます。( ⑥ ) は低く保ち、腰(骨盤)・肩・肘・手首の順に力が伝わるよう、身体を回転させて ( ⑦ ) します。その際身体が ( ⑧ ) ように心がけます。

ア 膝	イ 重心	ウ フォアハンド	エ 流れない	オ グリップ
カ 顔	キ バックスイング	ク スイング	ケ 腰	コ 肘
サ 下がらない	シ バックハンド	ス 軸足(後ろ足)	セ フォロー	ソ 踏み込み足

VIII 次の文1～4は、新体力テストについて述べたものである。文中の ( ① ) ～ ( ⑧ ) に入る適切な語句や数字を、それぞれ書きなさい。ただし、同じ記号には同じものが入る。

- 新体力テストは、生徒の体力・運動能力の状況を把握するために実施しており、( ① ) 項目を測定する。
- 新体力テストにおいて、「柔軟性」を測定する項目は ( ② ) である。
- 上体起こしについては、マット上で仰臥姿勢をとり、両手を軽く握り、両腕を腕の前で組む。両ひざの角度を ( ③ ) 度に保つ。( ④ ) 秒間の上体起こし回数を記録し、実施は ( ⑤ ) 回とする。
- 往復持久走は、( ⑥ ) m間隔の2本の平行線を用意し実施する。設定された速度を維持できなくなり走るのをやめたとき、または、( ⑦ ) 回続けてどちらかの足で線に触れることができなくなったときにテストを終了する。折り返しの総回数から ( ⑧ ) を推定する場合は、参考「往復持久走 ( ⑧ ) 推定表」を参照すること。

IX 運動種目における現行のルールや用語及びスポーツに関する時事について、次の問いに答えなさい。

- バドミントンにおいて、ネット際に落とされたシャトルをネットすれすれに這わせるように、力を入れず指にゆとりを持ち指先で打つ打球を何というか書きなさい。
- ソフトボールの投球において、腕を風車のように1回転させる投法を何というか書きなさい。
- バスケットボールにおいて、バックコート内でボールをコントロールしたチームは何秒以内にボールをフロントコート内に進めなければならないか書きなさい。
- 右のは、バレーボールの審判が行うハンドシグナルの一つである。この反則名を何というか書きなさい。
- 柔道の試合において、2025年から技による決着を促すために、8年ぶりに復活した技のスコアを何というか書きなさい。
- サッカーの試合で使用するコートにおいて、ワールドカップ及びオリンピックで決められているタッチラインの長さは、何mか書きなさい。
- ラグビーにおいて、2025年4月から改称された反則で、プレーヤーが相手側のプレーヤーにタックルしている、または、タックルしようとしている時にボールに触れ、ボールが前に落ちることを何というか書きなさい。
- 陸上競技のスタート時に「SET」の合図があるトラック競技(リレー競技を除く)は、何m以下か書きなさい。
- 当初2021年に開催される予定であったが、コロナ禍により延期となった「関西ワールドマスタースゲームズ」は、いつ開催されるか西暦で書きなさい。

令8 中学校・高等学校保健体育解答用紙（5枚のうち5）

総計		

保  
体

I	①		②		③	
	④		⑤			

II	1	①		②		③		④		⑤	
	2	A									
		B									

Ⅲ	1	①		②		③		④	
	2	A E D :				C P R :			

IV	①		②		③	
	④		⑤		⑥	
	⑦		⑧		⑨	
	⑩		⑪		⑫	

V	①		②		③		④		⑤	
	⑥		⑦		⑧		⑨			

VI	1	①					②					③				
	2	①					②					③				
		④					⑤									
	3	①			②			③			④			⑤		
		⑥			⑦											

VII	①		②		③		④	
	⑤		⑥		⑦		⑧	

VIII	①		②		③		④	
	⑤		⑥		⑦		⑧	

IX	1		2	投法	3	秒
	4		5		6	m
	7		8	m	9	年

I

II

III

IV

V

VI

VII

VIII

IX

令8 中学校・高等学校保健体育模範解答（5枚のうち5）

総計		
200		

保体

I	①	特性	②	一般原則	③	事故
	④	科学的	⑤	仲間		

II	1	①	キ	②	イ	③	ウ	④	ス	⑤	ア
	2	A	思考力、判断力、表現力等								
		B	学びに向かう力、人間性等								

Ⅲ	1	①	×	②	×	③	○	④	×
	2	A E D： 自動体外式除細動器				C P R： 心肺蘇生法			

IV	①	暑さ指数（WBGT）	②	中止	③	暑熱順化
	④	全身冷却	⑤	帽子	⑥	透湿
	⑦	マスク	⑧	アラート	⑨	33
	⑩	35	⑪	5	⑫	2

V	①	ソ	②	コ	③	イ	④	ウ	⑤	エ
	⑥	カ	⑦	ケ	⑧	キ	⑨	シ		

Ⅵ	1	①	社会環境			②	虚血性			③	リハビリテーション	
	2	①	食塩（塩分）			②	中性脂肪			③	動脈硬化	
		④	インスリン			⑤	2					
	3	①	サ	②	ク		③	シ	④	カ	⑤	ケ
		⑥	キ	⑦	イ							

VII	①	オ	②	カ	③	キ	④	ス
	⑤	ソ	⑥	イ	⑦	ク	⑧	エ

VIII	①	8	②	長座体前屈	③	90	④	30
	⑤	1	⑥	20	⑦	2	⑧	最大酸素摂取量

IX	1	ヘアピン	2	ウインドミル 投法	3	8 秒
	4	ダブルコンタクト	5	有効	6	105 m
	7	ノックフォワード	8	400 m	9	2027 年

I
15

II
18

III
16

IV
36

V
18

VI
38

VII
16

VIII
16

IX
27