令和８年度　公立学校教員採用候補者選考試験問題

保健体育

第１問題　図１の①～④は、筋肉のストレッチングを表している。それぞれ、主として伸ばしている筋肉名を答えよ。

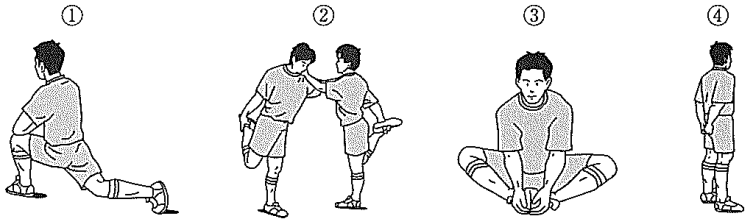


図１

第２問題　次の文章は、陸上競技における跳運動を説明したものである。文中の［ア］～［ク］にあてはまる語句をＡ～Ｊから選び、記号で答えよ。

跳躍とは、跳運動によって［ア］方向または［イ］方向に移動する距離を競う競技である。
跳運動とは、走運動（助走）によって得られた［イ］方向の［ウ］力と踏み切り動作によって得られた［ア］方向の［エ］力を合成する運動である。
跳運動はおもに次の３つの動作「踏み切り動作→［オ］動作→［カ］動作」によって構成されている。
走り幅跳びの最適跳躍角度は［キ］度前後であり、走り高跳びの最適跳躍角度は［ク］度前後である。

Ａ　90　　Ｂ　上昇　　Ｃ　着地　　Ｄ　水平　　Ｅ　50　　Ｆ　空中　　Ｇ　鉛直　　Ｈ　10
Ｉ　推進　　Ｊ　20

第３問題　「器械運動」について、次の問に答えよ。

問１　次の文章は跳び箱運動の「台上前転」の動きのポイントを説明したものである。文中の［ア］～［ウ］にあてはまる語句をＡ～Ｆから選び、記号で答えよ。

両足で踏み切って［ア］を引き上げ、しっかり手で［イ］頭（後頭部）を着く。背中を丸くして滑らかに台上を転がる［ウ］が確保できるよう着手する位置を調節する。

Ａ　タイミング　　Ｂ　支えて　　Ｃ　突き放して　　Ｄ　腰　　Ｅ　スペース　　Ｆ　腕

問２　次の文章は、鉄棒運動の「後方支持回転」を説明したものである。文中の［エ］～［カ］にあてはまる語句をＡ～Ｆから選び、記号で答えよ。

反動を利用しながら［エ］、膝を曲げ、［オ］で鉄棒をかかえ込んで回りながら、体を伸ばし［カ］を返す。

Ａ　手首　　Ｂ　腕　　Ｃ　腰　　Ｄ　頭部　　Ｅ　肘　　Ｆ　腹

2025 kyosai-guild.jp

第4問題　「水泳」について、次の問に答えよ。

問1　次の①～③の文章は、クロールのキックの練習方法について述べたものである。文中の［ア］～［エ］にあてはまる語句をA～Hから選び、記号で答えよ。

① 腰かけキック：プールサイドに［ア］腰をかけて両足を内股に構え、水面が盛り上がるようにけり上げる。
② 壁キック：片手をプールサイドにかけ、もう一方の手先を［イ］に向けてプール壁に当て、両腕を伸ばし体を［ウ］にしてキックする。
③ 板キック：両手をビート板上にのせ、上半身が［エ］ようにキックする。

A　深く　　B　水平　　C　反る　　D　上　　E　ゆれない　　F　ゆれる　　G　下　　H　浅く

問2　次の①～④の文章は、水泳の安全について述べたものである。正しいものには○、正しくないものには×で答えよ。

① 溺死から身を守るためには、泳ぎの技術を身につけておくことが防止策の一つとなる。
② 溺水者を発見した場合、泳ぎに自信がある人は、身体接触を伴う方法をいち早く行う。
③ 心臓死から身を守るには、水には足のほうからゆっくりと入り、一旦全身を水に入れ、十分に水に慣れてから泳ぎ始めることが大切となる。
④ 水に入ると徐脈現象をもたらし、心身の不安定状態が加わることによって心拍数が一気に「120」以上まで上昇し、急性心不全を引き起こすことがある。

第5問題　「球技」について、次の問に答えよ。

問1　図2は、サッカーにおけるキックの動きを示したものである。キックの名称を答えよ。



図2

問2　次の①～④の文章は、卓球の用語を説明したものである。最も適切な用語をA～Dからそれぞれ一つ選び、記号で答えよ。

① ボールに下回転を加えて返球し、相手のミスを誘ったり、次の攻撃につなげたりする。
② ショートサービスのレシーブやストップに対して攻撃する技で、肘を高くしてラケットを脇の下に構え、ボールの左側（右利きの場合）をこすり打つ。
③ 上体を大きくひねり、ラケット面をかぶせて、高めに浮いてきたボールを強打する。
④ 手首のスナップと腕全体のスイングで、こすり上げるようにして、ボールに強い上回転を与えて返球する。

A　チキータ　　B　バックハンドドライブ　　C　スマッシュ　　D　カット

2025 kyosai-guild.jp

問3　図3はバドミントンのコートを示している。図中の■の部分がインになるプレイをA～Dから一つ選び、記号で答えよ。

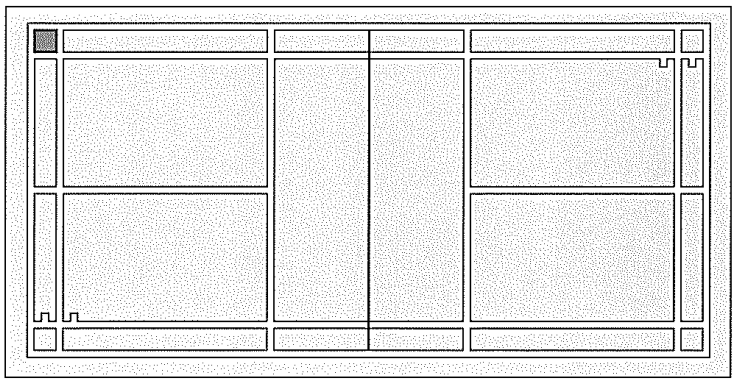


図3

A　シングルスでのサービス

B　ダブルスでのサービス

C　シングルスでのサービス以外のプレイ

D　ダブルスでのサービス以外のプレイ

問4　次の①～④の文章は、ティーボールゲームについて述べたものである。正しいものを二つ選んで答えよ。

①　投げられたボールを打ち返したり定位置で守ったりして楽しむ。

②　空いた空間を狙う、打球を見て、次の塁を狙うなどの戦術的な視点で学習ができるメリットがある。

③　バッティングの技術を向上させるためのゲームであり、走塁や守備の学習にはつながらない。

④　バッティングティーの高さは打者が調整してよい。

問5　次の①～④の文章は、バスケットボールのルールについて述べたものである。正しいものには○、正しくないものには×で答えよ。

①　イリーガルスクリーンとは、ボールを持っていない相手が望む位置に行くのを不当に妨げることである。

②　ブロッキングとは、相手のシュートに対するファウルのことである。

③　アンスポーツマンライクファウルとは、ボールに正当にプレイしないで起きたファウルや、故意のファウルを含む、強く激しいファウルのことである。

④　オルタネイティングポゼッションルールとは、ヘルドボールなどのジャンプボールシチュエイションとなった場合に、スローインによってゲームを再開することである。

問6　次の文章はバレーボールの用語を説明したものである。最も適切な用語をA～Eから一つ選び、記号で答えよ。

強打と見せかけてボールを指先で柔らかく突き、ブロッカーの後方など、レシーバーのいない所に弱いボールで落とす。

A　スパイク　　B　プッシュ　　C　ブロック　　D　クイック　　E　キャッチ

2025 kyosai-guild.jp

第6問題　「武道」について、次の問に答えよ。

問1　**図4と説明文**は、柔道における動きを示している。何という動きか、答えよ。

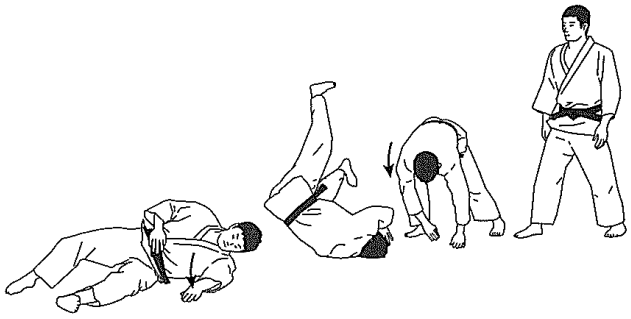


図4

説明文

左手を着き、右手を自分に向けて足元に入れながら腰高の姿勢から前方へ回転する。背中を丸めて回転し、背中が着くと同時に畳をたたく。

問2　**図5**は、柔道における動きを示している。正しい名称をA～Dから一つ選び、記号で答えよ。



図5

A　上四方固め　　B　本けさ固め　　C　送り襟締め　　D　横四方固め

問3　柔道における「抑え込み」の条件を三つ答えよ。

問4　中学校および高等学校の保健体育科の授業では扱ってはいけないとされている剣道の技をA～Dから一つ選び、記号で答えよ。

A　胴打ち落とし面　　B　突き　　C　小手－面の二段の技　　D　小手抜き面

2025 kyosai-guild.jp

第7問題　次の①～⑧はダンスの名称である。これらをダンスの型に分類したとき、A～Dのいずれの型に分類されるか番号で答えよ。なお、①～⑧すべてを分類すること。

【ダンスの名称】

① ポストモダンダンス　② ジャズダンス　③ 能　④ ブレイキン　⑤ タンゴ
⑥ コンテンポラリーダンス　⑦ 日本舞踊　⑧ 民踊

【ダンスの型】

A 民族舞踊型ダンス　B 創作型ダンス　C 社交型ダンス　D リズム型ダンス

第8問題　「体育理論」について、次の問に答えよ。

問1　次の文章は、運動やスポーツの安全な行い方について述べたものである。文中の［ア］～［エ］にあてはまる語句をA～Hから選び、記号で答えよ。

> 運動前の準備として、［ア］が悪いと、けがや事故が起きやすくなるので、必ず事前に［ア］を確認します。また、運動に適した服装や靴の準備、施設・用具の［イ］も必要です。
> 運動前には、［ウ］の働きを高め、けがを予防するために［エ］を行います。

A 環境　B 点呼　C クールダウン　D 心と体　E ウォームアップ　F 点検
G 関節　H 体調

問2　運動中には、ともに活動する仲間の安全にも配慮する必要がある。仲間の安全への配慮として、具体的なものを一つ答えよ。

問3　次の文章は、スポーツの用語について述べたものである。文中の［オ］～［キ］にあてはまる語句を答えよ。

> スポーツは一定のルールのもとで、より多く得点したり、記録を達成したり、優れた演技を表現したりすることが課題となる。それらの課題を解決するための合理的な体の動かし方を［オ］という。
> ［オ］を実際に身につけるには、練習が必要である。このように［オ］を練習することによって身についた能力を［カ］という。
> 球技や武道などのスポーツでは、相手やまわりの状況に応じて最適な［オ］を選択したり、［オ］と［オ］を組みあわせたりすることが不可欠である。そのための合理的な方法を［キ］という。

2025 kyosai-guild.jp

第9問題　「保健」について、次の問に答えよ。

問1　図6は人間の体の器官別にみた発育のしかたに関するものである。図中の［ア］～［エ］にあてはまる説明文をA～Dから選び、記号で答えよ。併せて、器官名をa～dからそれぞれ一つ選び、記号で答えよ。

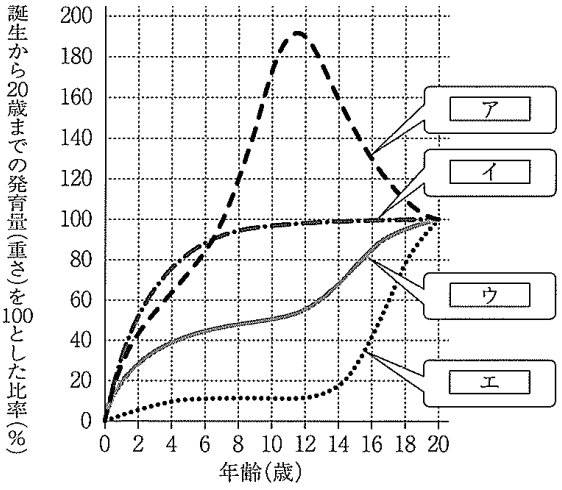


図6

【説明文】

A　4歳で大人のおよそ80%、6歳ではおよそ90%程度にまで達する。

B　思春期までは非常にゆっくりであるが、思春期を迎えると急成長を示す。

C　11歳から15歳にかけて発育が急に進む。

D　11歳ごろに大人の2倍近くに発育する。その後、しだいに小さくなり、やがて成人の大きさにいたる。

【器官名】

a　卵巣、精巣など　　b　心臓、肺、胃、腸など　　c　胸腺、へんとうなど　　d　脳、脊髄など

問2　医薬品を使用する際、どんなことに気をつけたらよいか。二つ書き、それぞれその理由も答えよ。

問3　交通事故の要因には、人的要因、環境要因、車両要因がある。次のA～Hを各要因に分類し、記号で答えよ。

A　点灯しないライト　　B　死角のある道路や交差点

C　スマートフォンを見ながらの運転　　D　ガードレールや歩道が整備されていない

E　一時不停止　　F　自動車における死角の存在

G　悪天候などによる視界不良　　H　睡眠不足

問4　ごみの処理の課題と対策について、循環型社会の実現を目指すことが必要である。そのためにも「3R」を心がける必要がある。「3R」のうち、次に示す解答例以外の二つについて答え、かつ解答例にならって説明せよ。

【解答例】リサイクル：ごみを資源として再び利用する（再生利用）

問5　アルコールを短時間に大量に摂取する「イッキ飲み」の危険性について、「延髄」、「急性アルコール中毒」、「気道」の三つの語を用いて、説明せよ。

2025 kyosai-guild.jp

問6　次の文章は、欲求の発達について述べたものである。文中の［　オ　］～［　ク　］にあてはまる語をA～Dから一つ選び、記号で答えよ。

欲求には生命を維持するための［　オ　］と社会生活の中で発達していく［　カ　］がある。［　カ　］の中には、集団に入りたい、認められたいといった［　キ　］と、他人よりも優れたい、自分の能力を発揮したいといった［　ク　］がある。

A　成長の欲求　　B　生理的欲求　　C　社会的欲求　　D　関係の欲求

2025 kyosai-guild.jp

令和８年度　解 答 例

保健体育

第１問題

①	腸腰筋 （２点）	②	大腿四頭筋 （２点）
③	内転筋 （２点）	④	大胸筋 （２点）

第２問題

ア	G （１点）	イ	D （１点）	ウ	I （１点）	エ	B （１点）
オ	F （１点）	カ	C （１点）	キ	J （１点）	ク	E （１点）

第３問題

問１	ア	D （１点）	イ	B （１点）	ウ	E （１点）
問２	エ	C （１点）	オ	F （１点）	カ	A （１点）

第４問題

問１	ア	H （１点）	イ	G （１点）	ウ	B （１点）	エ	E （１点）
問２	①	○ （１点）	②	× （１点）	③	○ （１点）	④	× （１点）

第５問題

問１	インステップキック （２点）							
問２	①	D （１点）	②	A （１点）	③	C （１点）	④	B （１点）
問３	D （１点）							
問４	② （１点）	④ （１点）	※順不同可					
問５	①	○ （１点）	②	× （１点）	③	○ （１点）	④	○ （１点）
問６	B （１点）							

2025 kyosai-guild.jp

令和８年度　解 答 例

保健体育

第６問題

問１	前回り受け身 （２点）	
問２	B （１点）	
問３	相手を大体あおむけにする。	相手の上で向かい合った形になっている。
	足や胴を絡まれていない。	（各３点）※順不同可
問４	B （１点）	

第７問題

A	③	⑦	B	①	⑥	C	⑤	⑧	D	②	④
	（順不同、完答１点）			（順不同、完答１点）			（順不同、完答１点）			（順不同、完答１点）	

第８問題

問１	ア	H （１点）	イ	F （１点）	ウ	D （１点）	エ	E （１点）
問２	※次の事柄のいずれかに関する記述であれば正解とする。 ・仲間の体調に気を配る。 例：体調が悪い人がいたら声をかける。 ・ルールを守る。 例：危険な技をかけない。周りを確認してから素振りする。活動中に「OK」「頼む」などの声を出す。（３点）							
問３	オ	技術 （２点）	カ	技能 （２点）	キ	戦術 （２点）		

2025 kyosai-guild.jp

令和８年度　解 答 例

保健体育

第９問題

<table>
<tr><td rowspan="2">問１</td><td>ア</td><td>説明</td><td>D
（完答１点）</td><td>器官</td><td>c</td><td>イ</td><td>説明</td><td>A
（完答１点）</td><td>器官</td><td>d</td></tr>
<tr><td>ウ</td><td>説明</td><td>C
（完答１点）</td><td>器官</td><td>b</td><td>エ</td><td>説明</td><td>B
（完答１点）</td><td>器官</td><td>a</td></tr>
<tr><td>問２</td><td colspan="3">気をつけること
【解答例】
前もって説明書を読む</td><td colspan="8">理由
効果、用法、用量や成分、保管及び取り扱いの注意などが
書かれているから。
（３点）</td></tr>
<tr><td colspan="3">気をつけること
形状を変えずに服用する</td><td colspan="8">理由
医薬品の形状は効果、吸収、副作用などを考えて
つくられているから。
（３点）</td></tr>
<tr><td>問３</td><td>人的
要因</td><td colspan="2">C、E、H
（完答１点）</td><td>環境
要因</td><td colspan="2">B、D、G
（完答１点）</td><td>車両
要因</td><td colspan="2">A、F
（完答１点）</td><td rowspan="3">（各３点）
※順不同可</td></tr>
<tr><td rowspan="2">問４</td><td colspan="10">リデュース　：　物を大切に使いごみを減らす（発生抑制）</td></tr>
<tr><td colspan="10">リユース　：　使えるものは繰り返し使う（再使用）</td></tr>
<tr><td>問５</td><td colspan="11">【解答例】
「イッキ飲み」は急性アルコール中毒による死亡などを引き起こす。その具体例としては、生命の維持にかかわる脳の延髄まで麻痺が広がり、呼吸が止まったり、吐いたものが気道に詰まったりして死亡する危険がある。
（３点）</td></tr>
<tr><td>問６</td><td>オ</td><td>B
（１点）</td><td>カ</td><td>C
（１点）</td><td>キ</td><td>D
（１点）</td><td>ク</td><td>A
（１点）</td><td colspan="3"></td></tr>
</table>

2025 kyosai-guild.jp