

高等学校 保健体育

(解答はすべて、解答用紙に記入すること)

- 1 高等学校学習指導要領(平成21年3月告示)「第2章 第6節 保健体育 第2款 各科目 第2 保健 2 内容(1)」に記されている次の文章について、(a)～(n)に適する語句を答えよ。

(1) 現代社会と健康

我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康を保持増進するためには、個人の(a)やそれを支える社会(b)づくりなどが大切であるという(c)の考え方を生かし、人々が自らの健康を適切に(d)すること及び(b)を改善していくことが重要であることを理解できるようにする。

ア 健康の考え方

健康の考え方は、国民の(e)の向上や疾病構造の変化に伴って変わってきていること。また、健康は、様々な要因の影響を受けながら、主体と(b)の相互作用の下に成り立っていること。

健康の保持増進には、健康に関する個人の適切な意志決定や(a)及び(b)づくりがかかわること。

イ 健康の保持増進と疾病の予防

健康の保持増進と(f)の予防には、食事、運動、休養及び(g)の調和のとれた生活を実践する必要があること。

(h)と(i)は、(f)の要因になること。また、(j)は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないこと。それらの対策には、個人や社会(b)への対策が必要であること。

ウ 【 略 】

エ 交通安全

交通事故を防止するには、車両の特性の理解、安全な運転や歩行など適切な行動、(k)の生命を尊重する態度、交通(b)の整備などがかわること。また、交通事故には責任や(l)が生じること。

オ (m)

適切な(m)は、傷害や疾病の悪化を(n)できること。(m)には、正しい手順や方法があること。また、心肺蘇生等の(m)は、傷害や疾病によって身体が時間の経過とともに損なわれていく場合があることから、速やかに行う必要があること。

2 体力に関して、次の（１）～（３）の問いに答えよ。

- （１）新体力テスト項目と体力評価の関係を示す下記の表について、次の（ア）～（ク）に入る適切な語句について、下の語群から選び、記号で答えよ。

テスト項目	体力評価
50m走	（ア）
持久走・20mシャトルラン	（イ）
立ち幅とび	（ウ）
ソフト（ハンド）ボール投げ	（ウ）・（エ）
握力	（オ）
上体起こし	（オ）・（カ）
長座体前屈	（キ）
反復横とび	（ク）

（a）瞬発力	（b）スピード	（c）巧緻性	（d）筋力
（e）筋持久力	（f）全身持久力	（g）柔軟性	（h）敏捷性

- （２）文部科学省の新体力テスト実施要項（12歳～19歳対象）の定める新体力テストの各項目の実施上の注意点について、文中の下線部が正しい場合は○を、誤っている場合は×を記せ。

① 握力

（ア）直立の姿勢で両足を左右に自然に開き腕を自然に下げ、握力計を身体や衣服に
（イ）軽く添えるようにして力いっぱい握りしめる。

② 上体起こし

マット上で仰臥姿勢をとり、両手を軽く握り、両腕を（ウ）頭の後ろで組む。両膝の角度を（エ）120°に保つ。

③ 長座体前屈

被測定者は、両膝を両箱の間に入れ、長座姿勢をとる。壁に背・尻をぴったりつける。ただし、足首の角度は（オ）固定する。肩幅の広さで両手のひらを下にして、手のひらの（カ）全体が、厚紙の手前端にかかるように置き、胸を張って、両肘を伸ばしたまま両手で箱を手前に十分引きつけ、背筋を伸ばす。

④ 反復横とび

床の上に、中央ラインをひき、その両側（キ）120cmのところに2本の平行ラインをひく。中央ラインをまたいで立ち、「始め」の合図で右側のラインを越すか、または踏むまでサイドステップし（ジャンプしてはいけない）、次に中央ラインにもどり、さらに左側のラインを越すかまたは触れるまでサイドステップする。

上記の運動を（ク）30秒間繰り返し、それぞれのラインを通過するごとに1点を与える。

⑤ 20mシャトルラン

C D (テープ) によって設定された電子音の間隔は、初めはゆっくりであるが、(ケ) 約 1 分ごとに電子音の間隔は短くなる。C D (テープ) によって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、(コ) 2 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。

⑥ 50m走

スタートは (サ) クラウチングスタート の要領で行う。記録は (シ) 1/100秒単位とし、(シ) 1/100秒未満は切り上げる。

⑦ 立ち幅とび

両足を (ス) 閉じて、つま先が踏み切り線の前端にそろうように立つ。身体が砂場 (マット) に触れた位置のうち、最も踏み切り線に近い位置と、踏み切り前の (セ) 右足のつま先の位置とを結ぶ直線の距離を計測する。

(3) 次の (ア) ~ (オ) はトレーニングの原則について説明したものである。それぞれの名称を答えよ。

(ア) 体力の様々な要素を偏ることなく高めるとともに、競技の場合には、種目に必要な専門的な体力もバランスよく向上させること。

(イ) トレーニングを自分の意思によって行い、トレーニングの目的や期待できる身体の変化を理解した上で実施すること。

(ウ) ある一定の負荷でトレーニングを続けても、その効果がある一定の水準に達すると、それ以上の効果が得られにくくなり、体力の向上に伴って、トレーニングの負荷も漸進的に増加させること。

(エ) 個人の性別、年齢、体力、スポーツ歴などや体力の個人差を把握した上でトレーニングを計画し、実施すること。

(オ) トレーニングの効果を上げるために繰り返し、反復してトレーニングを実施すること。

3 「体づくり運動」に関する下の文章を読み、次の（１）～（３）の問いに答えよ。

「体ほぐしの運動」

生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するために、「体ほぐし運動」を通して、（ア）の健康が運動と密接に関連していることなどを体得するよう指導することが求められます。具体的には、（ア）と（イ）の関係に気付いたり、（ア）と（イ）の状態に応じて（ウ）を整えるために運動したり、（エ）と交流するために運動を行ったりすることなどが挙げられます。

「体力を高める運動」

中学校３学年及び高等学校入学年次では、健康に生活するための体力、運動を行うための体力を高めるなど自己の体力に関する（オ）を設定して、自己の健康や体力の実態と（カ）に応じて、（キ）に継続して行う運動の（ク）を立てて取り組むことを学習することが求められます。

出典：学校体育実技指導資料 第７集 体づくり運動 －授業の考え方と進め方－（改訂版）
（平成24年７月 文部科学省）

（１）文中の（ア）～（ク）に入る適切な語句を答えよ。

（２）「体力を高める運動」の４つの運動を答えよ。

（３）「体づくり運動」は、小学校から高等学校まで、すべての学年に位置付けられているが、中学校学習指導要領（平成20年３月告示）では、授業時数を各学年で何単位時間以上、高等学校学習指導要領（平成21年３月告示）では、授業時数を各年次で何単位時間程度配当することと示しているか答えよ。

スポーツの各競技規則に定められたルールなどに関して、次の（１）～（８）の問いに答えよ。

（１）ソフトボールにおいて、次の（ア）～（オ）の場面で打者がアウトになる場合をすべて選んで記号で答えよ。

（ア）投手が投げた第３ストライクが、打者の体に触れたとき。

（イ）２ストライク後、バントした打球がファウルボールになったとき。

（ウ）無死または１死で、走者１塁または１・２塁、１・３塁、満塁の場合で、野手が飛球を故意に落球したとき。

（エ）打者がバットを手から離して打ったとき。

（オ）打者が片足でも完全にバッターボックスの外に踏み出したり、本塁に触れたりして打ったとき。

（２）バスケットボールにおいて、次の（ア）～（カ）の行為をバイオレーション、パーソナルファウル、テクニカルファウルに分けて答えよ。

（ア）相手の進行を体で不当に妨げる。

（イ）許可なしにコートに入る。（プレーヤー以外）

（ウ）フロントコートに運んだボールをバックコートに返す。

（エ）ボールを故意に蹴る。

（オ）ショットする相手に向かって、手をたたいたり大声を出す。

（カ）手や体で相手を押す。

（３）水泳競技の次の６種目（自由形・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ・個人メドレー・メドレーリレー）において、スタートを水中から行うと規定されている種目をすべて答えよ。

（４）剣道において、次の（ア）～（オ）の場面で有効打突になる場合をすべて選んで記号で答えよ。

（ア）有効打突が、両者同時にあった場合。（相打ち）

（イ）倒れた者に、直ちに加えた打突。

（ウ）被打突者の剣先が、相手の上体前面に付いてその氣勢、姿勢が充実していると判断した場合。

（エ）竹刀を落とした者に、直ちに加えた打突。

（オ）一方が、場外に出ると同時に加えた打突。

(5) テニスにおいて、次の(ア)～(エ)の場面における主審のコールについて、カタカナで答えよ。

(ア) ポイントが0の場合。

(イ) 第1サービスの失敗時。

(ウ) ポイントが3点对3点になった場合。

(エ) (ウ)の状況から1ポイントリードした場合。

(6) サッカーのキックについて、次の(ア)～(エ)の説明にあたる技術の名称を答えよ。

(ア) 立ち足の膝を軽く曲げ、足の内側(くるぶし付近)で押し出すようにキックする。パスの正確さが要求されるときに使用する。

(イ) シューズのソールを指で抑えるように足首を固定し、大きく踏み込んで、足の甲でボールを蹴る。シュート、ロングパスに多く使用する。

(ウ) 足の甲の中心から外側の部位でボールを蹴る。外側に曲がるキックや、押し出すようにキックしてショートパスに使用する。

(エ) ボールの下に親指をねじ込むようにして、足の甲全体で持ち上げるように蹴る。ボールを浮かせたり、変化するボールを蹴るときに使用する。

(7) 柔道の(ア)～(オ)の技について、「受」を崩す方向を、「八方向の崩し」の名称で答えよ。

(ア) 膝車

(イ) 背負い投げ

(ウ) 小内刈り

(エ) 大内刈り

(オ) 大外刈り

(8) 陸上競技におけるクラウチングスタート【ミドル(ミディアム)スタート】を指導する際、下記の(ア)～(ウ)の指導のポイントについて説明しなさい。

(ア) 両手の位置と肩の位置の関係。

(イ) 両手の位置と前足の位置の関係。

(ウ) 前足の位置と後ろ足の位置の関係。

- 5 空気（大気）の衛生的管理に関する下の文章を読み、次の（１）～（８）の問いに答えよ。

室内の二酸化炭素は、人体の（ ア ）作用や物質の燃焼により増加します。そのため、二酸化炭素の（ イ ）は、室内の空気が汚れているという指標となります。室内を衛生的に管理するためには、定期的な（ ウ ）を行うことが大切です。

また、空気中の一酸化炭素は、主に物質の（ エ ）燃焼によって発生しますが、体内に吸入すると一酸化炭素（ オ ）を容易に引き起こし、人体にとって有害なものです。

- （１）文中の（ア）～（オ）に入る適切な語句を答えよ。
- （２）（ウ）について、学校における基準が示された法令を答えよ。
- （３）一酸化炭素が取り込まれることで、体内の血液の酸素運搬能力が低下し、酸素不足に陥るが、血液の酸素運搬能力が低下する理由について説明せよ。
- （４）1960年代に三重県において、大気汚染が原因で引き起こされた健康被害を答えよ。
- （５）自動車や工場などから排出された窒素酸化物や炭化水素などが、紫外線を受けて光化学反応を起こすことで生じる物質を答えよ。
- （６）従来から環境基準を定めて対策を進めてきた浮遊粒子状物質（ $10\mu\text{m}$ 以下の粒子）よりも小さな粒子のため、胸の奥深くまで入りやすく、ぜん息や気管支炎などの呼吸器系疾患や肺がんのリスク上昇、循環器系への影響が懸念されている大気汚染物質を答えよ。
- （７）太陽からの有害な紫外線を吸収し、地上の生態系を保護する、酸素原子３個からなる気体を答えよ。
- （８）大気中の温室効果ガスが増えると温室効果が高まり、地球の表面の気温が高くなる理由を説明せよ。

6 次の（１）～（６）の問いに答えよ。

（１）妊娠・出産に関連する次の語句を説明せよ。

（ア）陣 痛

（イ）後 産

（２）人工妊娠中絶に関して、次の問いに答えよ。

（ア）人工妊娠中絶が認められる特別な理由には、どのようなものがあるか、説明せよ。

（イ）（ア）の根拠となる法の名称を答えよ。

（３）心身相関のしくみについて、次の言葉をすべて用いて説明せよ。

大脳新皮質 ・ 大脳辺縁系 ・ 自律神経系 ・ 内分泌系

（４）摂食障害について、説明せよ。また、摂食障害の２種類について答えよ。

（５）感染症について、次の（ア）～（エ）の問いに答えよ。

（ア）2014年３月以降、西アフリカ地方で流行している突然の発熱、頭痛、倦怠感、筋肉痛等の症状から、嘔吐、下痢、胸部痛、出血（吐血、下血）等の症状が現れる感染症を何というか。

（イ）2014年８月以降、東京都立代々木公園に関連する患者の発生が報告された急性の熱性感染症で、発熱、頭痛、筋肉痛や皮膚の発疹等の症状が現れる感染症を何というか。

（ウ）（イ）の感染を媒介する虫は何か。

（エ）（ア）（イ）の感染症について、感染した場合、現在のところ特異的な治療法がないため、患者の症状に応じた治療が行われているが、このような症状に応じた治療法を何というか。

（６）覚醒剤や大麻と似た作用がある化学物質を含んだ薬物で、取り扱いや服用が違法ではないと解釈されている向精神薬類について、厚生労働省が、警察庁とともに、2014年７月以降、呼称名を変更したが、現在の呼称名（総称）を答えよ。