

高等工科大学校 保健体育教官採用試験 問題用紙

以下問 1 ～問 75 までの問題について、適切と思われる番号を解答用紙に答えなさい

《保健分野》

問 1：WHO 憲章における健康の定義と現代的解釈について、最も適切なものはどれか

1. 健康とは身体的、精神的、知的な側面が完全に良好な状態を指し、社会性は含まれない
2. 生活の質（QOL）を高めることよりも、病気にならないための徹底した管理が健康の核心である
3. 21 世紀の健康観は、個人の意志とは無関係に、公衆衛生的な環境整備によってのみ決定される
4. 健康日本 21（第三次）では、自治体間の健康格差を容認しつつ、個人の寿命延長を目指している
5. ジュネーブ憲章により、健康は平和と安全のための手段であり、個人の権利ではないとされた
6. 健康とは身体的、精神的、ならびに社会においても完全に良好な状態であり、単に虚弱でないことではない

問 2：ヘルスプロモーションの概念に関する記述として、適切なものはどれか

1. アルマ・アタ宣言（1978 年）では、高度医療の提供が一次保健（プライマリ・ヘルス・ケア）の根幹であるとされた
2. ヘルスプロモーションは、人々が自らの健康をコントロールし、改善できるようにするプロセスである
3. バンコク憲章では、健康はグローバル化による利益のみによって達成される経済的価値であると述べられた
4. 1986 年のオタワ憲章は、健康教育の充実のみが健康増進の唯一の手段であると位置づけている
5. ヘルスプロモーションの 5 つの活動領域には、「個人のスキル開発」や「コミュニティ活動の強化」は含まれない
6. ヘルシンキ宣言は、ヘルスプロモーションではなく、主に環境衛生に関する国際的な基準を定めたものである

問 3：生活習慣病の予防対策に関する記述として、最も適切なものはどれか

1. 一次予防は、健康診断などで病気を早期に発見し、速やかに治療を開始して重症化を防ぐことである
2. 三次予防は、適切な運動とバランスの取れた食生活によって、病気の発症そのものを未然に防ぐことである
3. 特定健康診査（メタボ健診）は、40 歳から 74 歳を対象に、生活習慣病の発症リスクを評価し指導を行うことである
4. 生活習慣病の多くは単一の遺伝子異常が原因であり、生活環境の改善による予防効果は限定的である
5. 糖尿病の予防において、BMI が 25 未満であれば、運動習慣や食習慣の改善は医学的に必要ないとされる
6. がん対策基本法に基づく検診受診率の目標値は、現在の日本において全項目で 90%以上に設定されている

問 4：がんの特性と対策に関する記述として、適切なものはどれか

1. がんは正常な細胞の遺伝子が傷つくことで発生し、無制限に増殖するが、周囲の組織へ広がることはない
2. 第 4 期がん対策推進基本計画では、がん検診の受診率向上だけでなく、がんとの共生や教育の推進が掲げられている
3. 現在の日本において、がんは死因の第 1 位であるが、年間の死亡者数は減少に転じている
4. 放射線療法は全身に作用する化学療法の一つであり、副作用として必ず脱毛や激しい嘔吐を伴う
5. 緩和ケアは、治療法がなくなった末期患者に対してのみ行われる、身体的苦痛を和らげるための処置である
6. 子宮頸がんの原因となる HPV（ヒトパピローマウイルス）は、空気感染するため日常的な手洗いが予防に有効である

問 5：虚血性心疾患または脳血管疾患に関する記述として、適切なものはどれか

1. 脳梗塞は脳内の血管が破れて出血し、脳の組織を圧迫することで、麻痺や意識障害を引き起こす。
2. 心筋梗塞は冠動脈が一時的に狭くなることで胸の痛みが生じるが、安静にすれば組織は壊死しない。
3. 脳出血やクモ膜下出血の最大の危険因子は、低血圧による脳への血液供給不足であるとされる。
4. 脳卒中発症後のリハビリテーションは二次予防に該当し、ADL（日常生活動作）の維持・向上を目指す。
5. 虚血性心疾患の予防には、高血圧、脂質異常症、糖尿病、喫煙などのリスクファクターの管理が重要である
6. 脳血管疾患の死亡率は、塩分の摂りすぎが改善された現在、主要死因の中で最も低い順位となっている

問6：思春期における性ホルモンまたは二次性徴に関する記述として、正しいものはどれか

1. 性腺刺激ホルモンは精巣や卵巣から分泌され、脳の下垂体を刺激することで二次性徴を引き起こす
2. 女子の二次性徴は、卵巣から分泌されるテストステロンの影響により、皮下脂肪の蓄積が抑制される
3. 男子の二次性徴では、脳の下垂体から性腺を刺激するホルモンが放出され、精巣で精子が作られ始める
4. 性意識の形成において、思春期は身体的変化よりも先に精神的な成熟が完了する特徴がある
5. エストロゲンは男子の筋肉や骨格の発達を促進し、プロゲステロンは女子の体毛の濃さを決定する
6. 性情報の氾濫により、思春期の若者は科学的根拠に基づいた情報を容易に取捨選択できる状況にある

問7：性周期または受精・妊娠に関する記述として、正しいものはどれか

1. 月経周期が28日の場合、通常は月経が始まった日を1日目として、21日目前後に排卵が起こる
2. エストロゲン（卵胞ホルモン）は子宮内膜を維持する働きがあるが、基礎体温を上げる作用は持たない
3. 受精卵が子宮内膜に付着することを着床と呼び、この時点ではまだ妊娠とは診断されない
4. 避妊法のうち、基礎体温法は正しく実施すればコンドームよりも避妊効果が高く、確実な手法である
5. 排卵後、卵胞は黄体に変化し、プロゲステロン（黄体ホルモン）を分泌することで基礎体温を上昇させる
6. 妊娠届を提出することで、市町村から児童手当の支給決定通知書と母子健康手帳が同時に交付される

問8：母子保健または家族計画に関する記述として、適切なものはどれか

1. 現代の家族計画は、単なる子供の数の調整ではなく、夫婦の健康やQOLを考慮したリプロダクティブ・ヘルス/ライツに基づく
2. 日本の合計特殊出生率は、1970年代以降、人口置換水準である2.08を常に上回って推移している。
3. 不妊治療は公的医療保険の適用外であり、全ての治療費は全額自己負担で行うことが法律で定められている
4. 母子保健法に基づき、妊産婦は公共交通機関の優先席を常に確保するための「妊産婦免許証」を携行する義務がある
5. 妊娠中の喫煙は胎児の発育に影響を与えないが、授乳中の喫煙は母乳の分泌を停止させるため禁止されている
6. 労働基本法には、産前・産後の休業や、育児時間、妊産婦の危険有害業務の就業制限に関する規定がある

問9：加齢に伴う身体的・精神的変化に関する記述として、適切なものはどれか

1. 最大心拍数は「210-年齢」で近似されるように、加齢に伴って低下し、最大酸素摂取量も減少する
2. 老眼（老視）は、水晶体を支える毛様体筋の緊張が解けなくなること、遠くが見えにくくなる現象である
3. 加齢とともに血管の弾力性が失われる（血管の老化）が、血管抵抗は減少するため血圧は低下する
4. 骨密度は閉経後の女性において、女性ホルモンの減少により急激に低下しやすく、骨粗鬆症のリスクが高まる
5. 脳の重量や神経細胞数は生涯を通じて一定に保たれるが、神経伝達物質の分泌速度のみが低下する。
6. 高齢者の生活習慣病予防において、塩分制限は重要であるが、タンパク質の摂取不足は健康に影響しない

問10：高齢者の介護に関する記述として、適切なものはどれか

1. 介護保険制度の対象者は65歳以上の第1号被保険者のみであり、40歳から64歳の者は含まれない
2. フレイルは「支援」と「要介護」の中間状態であり、適切な栄養と運動、社会参加により改善が可能である
3. 認知症は高齢に伴う自然な記憶力低下（物忘れ）の一種であり、病的な脳の変性とは区別されない
4. 介護予防サービスは、すでに寝たきり状態にある重度の要介護者を対象として、延命治療を行うものである
5. 日本の高齢化率は20%を超えており、今後も低下する見込みがないため、介護施設の増設のみが対策とされる
6. 地域包括ケアシステムは、高齢者が住み慣れた地域で最期まで暮らせるよう、医療・介護・住まいを一体的に提供する

問 11：欲求またはストレスへの対処に関する記述として、最も適切なものはどれか

1. 生理的欲求（一次的欲求）が満たされない場合、自己実現の欲求などの二次的欲求が優先的に発現する
2. 葛藤（コンフリクト）とは、2 つ以上の相反する欲求が同時に存在し、どちらかを選択できない状態を指す
3. 適応機制（防御機制）は、欲求不満の際に無意識のうちに不安を和らげ、心の安定を図る心の働きである
4. ストレス・コーピングのうち、音楽鑑賞や瞑想などで気分転換を図る手法を「問題焦点型コーピング」と呼ぶ
5. セルフエスティーム（自己肯定感）は、他者との比較において優越感を感じることで、生涯を通じて高まり続ける
6. ストレスは心身に悪影響を与えるのみであり、個人の成長や達成感の源泉になることは決してない

問 12：適応機制的具体例に関する記述として、正しいものはどれか

1. 反動形成：失恋した苦しさを忘れるために、仕事に没頭して社会的な成功を収めようとする
2. 投影（投射）：自分の不適切な感情や短所を、相手が持っているものとして相手を非難すること
3. 抑圧：試験に落ちたとき、「この試験に合格しても将来性はない」と言い訳をして自分を納得させること
4. 昇華：怒りを感じたときに、そのエネルギーをボクシングなどのスポーツにぶつけて解消すること
5. 同一化：テストの点が悪かった際、親の教育方針が悪いからだとして責任を転嫁すること
6. 退行：嫌な出来事を全くなかったこととして記憶から完全に消去し、明るく振る舞うこと

問 13：精神疾患に関する記述として、最も適切なものはどれか

1. うつ病の症状として、睡眠障害、食欲不振、興味の喪失、過度な自責感などの心身両面の不調が見られる
2. 統合失調症の治療は、主に厳格なカウンセリングが中心であり、薬物療法は副作用の観点から推奨されない
3. 精神的な不調を感じた際、周囲の人間は励ましや「気の持ちよう」といった助言で積極的に関与するべきである
4. 双極性障害（躁うつ病）は、気分の高揚（躁状態）が続く期間のみが危険であり、うつ状態は安静で改善する
5. パニック障害は、特定の場所でのみ発生する心臓疾患であり、抗不安薬の使用は依存のリスクから禁止されている
6. 摂食障害のうち、過食症は意志が弱いことが原因であり、規則正しい生活リズムの矯正のみで完治する

問 14：思春期のメンタルヘルスに関する記述として、適切なものはどれか

1. 思春期の「自立」とは、周囲のサポートを一切拒否し、自分一人の力で全ての課題を解決することである
2. SNS 上の交流は、匿名性が高いため現実世界の人間関係よりも信頼性が高く、メンタルヘルスの安定に寄与する
3. 不登校やひきこもりは、家庭環境の不備が唯一の原因であり、学校現場での対応は二次的なものとされる
4. 自己肯定感の低下は、抑うつ状態や自傷行為の引き金になることがあり、多角的な支援が必要である
5. 精神保健福祉センターは、入院患者の管理のみを行う施設であり、地域住民の相談窓口としての機能はない
6. メンタルヘルス・マネジメントにおいて、10 代の自殺予防には「早期発見」よりも「根性論の徹底」が有効である

問 15：飲料水の水質管理に関する記述として、正しいものはどれか

1. 水道法に基づく水質基準では、一般細菌は 1ml の検水中で 10 個以下でなければならないと定められている
2. 大腸菌は、水が糞便などで汚染されている可能性を示す指標であり、検出されても健康に直接の影響はない
3. 浄水場の塩素消毒により生成されるトリハロメタンは、煮沸することで容易に無害な物質に変化する。
4. 井戸水を飲料用として使用する場合、周辺の農薬使用や地質の影響を考慮し、年 1 回以上の水質検査が法律で定められている
5. 日本の水道水は世界的に見て安全であるが、水道配管からの鉛の溶出は現在でも大きな課題となっている
6. 下水道の普及率は全国ではほぼ 100%に達しており、浄化槽による排水処理は今後廃止される方針である

問 16：地球環境問題に関する記述として、適切なものはどれか

1. 光化学スモッグは、自動車や工場からの排ガスが太陽の紫外線と反応し、光化学オキシダントを生成する現象である
2. 地球温暖化の主な原因は、オゾン層を破壊するフロンガスの排出であり、二酸化炭素の関与は小さいとされる
3. 酸性雨は、pH5.6以上の降水のことであり、森林枯渇や湖沼の魚類死滅を引き起こす環境問題である。
4. PM2.5（微小粒子状物質）は、粒径が大きく肺の奥まで入り込まないため、喘息などの呼吸器疾患への影響はない
5. 内分泌攪乱化学物質（環境ホルモン）は、生物の体内に入っても生殖機能や免疫機能に影響を与えることはない
6. ヒートアイランド現象は、都市部の気温が郊外に比べて低くなる現象であり、熱中症の予防に寄与している

問 17：生活環境の衛生的管理に関する記述として、適切なものはどれか

1. 建築物衛生法において、室内の二酸化炭素含有率は外気の状態に関わらず 100ppm 以下に保つことが基準である
2. 学校環境衛生基準における教室の一酸化炭素の基準値は、暖房器具の使用に関わらず常に 10ppm 以下とされる
3. ネズミやゴキブリなどの害虫は、不快感を与えるだけであり、感染症の媒介などの公衆衛生上の問題はない
4. 騒音の基準値は、デシベル(dB)という単位で示され、昼間に比べて夜間の方が緩和された基準となっている
5. 室内環境の湿度は、ウイルスの活動を抑えカビの発生を防ぐため、常に 30%以下に保つことが推奨される
6. シックハウス症候群は、建材や家具から発生するホルムアルデヒド等の化学物質が原因で、換気が有効な対策となる

問 18：薬物乱用の防止に関する記述として、正しいものはどれか

1. 薬物乱用とは、医薬品を本来の目的で使用することや、医療目的のない禁止薬物を使用することを指す
2. 大麻は、植物由来であるため身体への悪影響が少なく、依存性も認められないため先進国では規制が撤廃されている
3. フラッシュバック（再燃現象）は、薬物をやめてから数年後であっても、ストレスなどを機に幻覚が再発する現象である。
4. 覚醒剤は、一度の使用であれば強い依存症に陥ることはなく、本人の意志の強さでいつでもやめることができる
5. 薬物乱用防止には、個人の啓発活動のみが有効であり、国際的な密輸ルートの遮断や厳罰化は効果がないとされる
6. 危険ドラッグは、法的な規制を逃れるために化学構造を変えたものであり、天然由来の成分は含まれていない

問 19：飲酒または喫煙の健康被害に関する記述として、適切なものはどれか

1. タバコの煙に含まれる一酸化炭素は、白血球のヘモグロビンと結合し、全身の酸素運搬能力を低下させる
2. アルコールの代謝過程で生じるアセトアルデヒドは、肝臓で速やかに無害な酢酸に分解され、尿として排出される
3. 未成年者の喫煙は、ニコチンへの依存を早めるだけでなく、がんの発症リスクを生涯を通じて高める結果となる
4. 飲酒運転の罰則は、呼気中のアルコール濃度が一定以下であれば、自転車の場合には適用されない
5. 受動喫煙による健康被害は、喫煙者本人の主流煙よりも副流煙の方が有害物質の濃度が低いとされるため軽微である
6. 妊婦の飲酒は、胎児性アルコール症候群を引き起こす恐れがあるが、ごく少量であれば毎日飲んでも安全である

問 20 : 交通における安全に関する記述として、適切なものはどれか

1. 交通事故の人的要因には、運転者の技能やルール遵守意識のほか、歩行者の不安全な行動も含まれる。
2. 道路交通法において、自転車は軽車両に分類されるが、飲酒運転に関する罰則規定は設けられていない
3. アクティブセイフティは衝突後に乗員を保護する技術であり、パッシブセイフティは衝突を未然に防ぐ技術である
4. 自動車損害賠償責任保険（自賠責保険）は任意加入であり、被害者の救済よりも車両の修理代を目的としている
5. シートベルトやチャイルドシートの着用は、高速道路走行時のみ義務であり、一般道路では推奨事項にとどまる
6. 交通事故による死亡者数は、1970 年代の「交通戦争」と呼ばれた時期に比べて、現在は増加傾向にある

問 21 : 心肺蘇生法（CPR）の手順と技術に関する記述として、正しいものはどれか

1. 反応がない傷病者に対し、呼吸の確認を行う際は、死戦期呼吸（あえぎ呼吸）も正常な呼吸として判断する
2. 胸骨圧迫の深さは、成人に対して胸が約 5cm 沈む程度であり、1 分間に 100～120 回のテンポで絶え間なく行う
3. 人工呼吸が可能な場合、胸骨圧迫と人工呼吸の回数比は、救助者の人数に関わらず 20 : 2 で実施する
4. AED の電極パットを貼る際、皮膚が濡れていても通電効率が良くなるため、そのまま貼ることが推奨される
5. 胸骨圧迫は、肋骨骨折のリスクを避けるため、心臓が動き出すまで 3 分おきに交代して体力を温存すべきである
6. 意識はあるが呼吸が苦しそうな傷病者に対しては、速やかに胸骨圧迫を開始し、心臓のポンプ機能を助ける

問 22 : AED の使用と自動体外式除細動の原理に関する記述として、適切なものはどれか

1. AED は、心筋がバラバラに震えて血液を送り出せなくなった「心室細動」を、電気ショックでリセットする
2. 心臓が完全に停止して波形が平坦な状態（心静止）に対して、AED は最も強力な電気ショックを自動で出力する
3. AED の電源を入れた後は、直ちに電極パットを貼り、傷病者の身体を激しく揺すって意識の回復を促す
4. 電気ショックボタンを押す際は、確実に通電させるため、救助者は傷病者の身体をしっかりと押さえておく
5. 小児（1 歳から未就学児）に対して大人用のパットを使用する場合、パット同士が触れ合わないよう重ねて貼る
6. AED が「電気ショックは不要です」と指示した場合は、心拍が再開したことを意味するため、救急隊が来るまで安静にする

問 23 : 不慮の事故への応急手当に関する記述として、正しいものはどれか

1. RICE 処置の「Elevation（挙上）」は、患部を心臓より低い位置に保つことで、血流を促進し栄養を届けることである
2. 鼻血が止まらない場合は、上を向いて首の後ろを叩き、血液を飲み込ませることで体外への流出を防ぐ
3. 大出血がある場合、傷口を直接清潔なガーゼ等で強く圧迫する「直接圧迫止血法」が第一選択となる
4. 火傷をした際は、氷や保冷剤で患部を直接冷やし、水ぶくれができた場合は細菌感染を防ぐため速やかに破る
5. 骨折が疑われる場合、添え木で固定する前に、曲がった骨を本来の形に手で戻しておくことが回復を早める
6. 蜂に刺された際、針が残っている場合は、口で毒液ごと吸い出し、速やかに傷口を水で洗って冷やす

問 24 : 熱中症の症状または対応に関する記述として、適切なものはどれか

1. 熱中症の初期症状である熱失神や熱けいれんは、体温が 40 度を超える重症の状態であり、直ちに酸素吸入が必要である
2. 熱射病（重症）は、意識障害を伴い、脳の体温調節機能が破綻して高熱となる、生命の危険がある状態である
3. 熱中症が疑われるが意識がはっきりしている場合、まずは大量の真水を一気に飲ませることが、体液の希釈に有効である
4. 暑さ指数（WBGT）は、気温、湿度、日射などの熱環境を取り入れた指標であり、気温と同じ数値で評価される
5. 熱中症の予防には、喉の渇きを感じてから水分を補給することが、水中毒（低ナトリウム血症）を防ぐために重要である。
6. 体育の授業中に生徒が熱中症で倒れた際、衣服を緩めて氷嚢で首や脇の下を温めることで、血流を改善させる

問 25：学校および労働現場における安全管理に関する記述として、適切なものはどれか

1. 学校保健安全法に基づき、学校長は学校の施設・設備の安全点検を毎年実施し、改善措置を講じる義務がある
2. ワークライフバランスの推進は、仕事の効率を上げるための手法であり、従業員のメンタルヘルス対策には含まれない
3. VDT 作業（パソコン等の画面作業）における安全基準では、1 時間の連続作業ごとに、最低でも 30 分の休息が必要とされる
4. 善意のサマリア人法は、救急現場での応急手当により結果的に傷病者が死亡した場合、救助者の刑事責任を問わないとする日本の法律名である
5. 労働安全衛生法により、常時 50 人以上の労働者を使用する事業場では、衛生管理者の選任とストレスチェックの実施が義務である
6. 災害時の避難所において、長時間同じ姿勢で過ごすことで生じる「エコノミークラス症候群」の予防には、水分制限が最も有効である

《体育分野》

【陸上競技】

問 26：短距離走のクラウチングスタートの「セット」における身体操作で、適切なものはどれか

1. 重心を後方の足に強く残し、腕の力を完全に抜いて合図を待つ
2. 両膝の角度を等しく（約 90 度）保ち、ブロックを真下に押す
3. 視線は常にゴール地点に向け、顎を上げて首の筋肉を緊張させる
4. 左右の手の間隔を肩幅の 2 倍以上に広げ、支持基底面を最大にする
5. 前方の足の膝角度を約 150 度まで伸ばし、アキレス腱の予備緊張を最大にする
6. 肩が垂直線より少し前に出るように体重をかけ、腰を肩より高く上げる

問 27：走り幅跳びの踏み切り局面技術に関する記述として、正しいものはどれか

1. 助走の最終 1 歩（ラストステップ）をあえて長くし、重心を極端に沈める
2. 踏み切り脚を素早く前方に振り出し、水平速度を鉛直速度に変換する
3. 接地時間は長ければ長いほど、地面からの反力を得やすくなり記録が伸びる
4. 空中姿勢の「そり跳び」は、前方への回転力を強めるために背中を丸める動作である
5. 踏み切り板の前端（着地方向）より手前で踏み切った場合は、すべて無効試技となる
6. 視線は常に足元の踏み切り板に固定し、正確な接地位置を確認しながら跳ぶ

問 28：リレーにおける「アンダーハンドパス」の特性として、適切なものはどれか

1. 受走者がバトンを高い位置で受け取れるため、次走者の加速がスムーズである
2. 前走者と次走者の距離を大きく離せる（利得距離が長い）ことが最大の特徴である
3. バトンを確認しながら受け取れるため、落とすリスクを最小限に抑えられる
4. 手のひらを下に向けて受けるため、自然な腕振りの中で受け渡しができる
5. 次走者が前走者の方向へ大きく上体を捻る必要があり、走速度が低下しやすい
6. 受け取る際、次走者は一切腕を振らずに、静止した状態で待つのが基本である

問 29：走り幅跳びの計測方法に関する記述として、正しいものはどれか

1. 砂場に残った、踏み切り線に最も近い身体（または衣服）の跡を計測点とする
2. 最初に接地した踵の跡を計測点とし、それ以外の跡は一切考慮しない
3. 身体の一部が砂場外に触れた場合、その地点を基準として計測を行う
4. 試技中に尻もちをついた場合、その尻の跡ではなく足の跡を優先する
5. 跳躍後、砂場の中を後ろ（踏み切り板側）に歩いて戻っても失格にはならない
6. 踏み切り板より手前で踏み切った場合、空中での最高到達点から計測する

【水泳】

問 30：クロールのリカバリーまたはエントリーに関する記述として、適切なものはどれか

1. 腕を伸ばしたまま大きく外側を回し、手の甲から水面を叩くように入れる
2. 親指側から斜め前方に突き刺すように入水させ、水の抵抗を最小にする
3. 身体の正中線を越えて入水させ、ローリングを最大化させるのが基本である
4. 入水位置は、自分の頭のすぐ横（耳の近く）にするのが最も効率的である
5. 手首を固定し、指先を天井に向けた状態で、手のひらから入水させる
6. リカバリー中は腕を完全に沈め、水中で休ませてから次のストロークへ移る

問 31：平泳ぎの泳法規則に関する記述として、正しいものはどれか

1. スタート直後の「ひとかき・ひと蹴り」では、腕を太ももまでかき切ってよい
2. ターンおよびゴールタッチは、片手で壁の最上部に触れれば認められる
3. キックの動作において、足首を伸ばしたまま甲で水を蹴ることは許される
4. 常に頭の一部分が水面上に出ていなければならない、潜行は一切認められない
5. 左右の腕や足の動作が非対称であっても、推進力があれば失格とならない
6. 1 サイクル（ひとかき・ひと蹴り）ごとに、必ずしも頭が水面より上である必要は無い

問 32：背泳ぎのスタート規則および技術に関する記述として、正しいものはどれか

1. 両手の指がオーバーフロー溝にかかった状態で、合図を待たねばならない
2. 両足の指は、タッチ板の縁や上端にかかっている場合でも失格とはならない
3. スタート合図の前に、足の指が完全に水面上になければならない
4. 壁を蹴った後の潜行距離は、いかなる場合も 5 メートル以内と定められている
5. 入水後、身体の一部が水面上に出るまでバタ足を行ってはならない
6. 身体が横向き（90 度以上）になった状態で壁を蹴り出すと、失格となる

【バレーボール】

問 33：リベロの競技規則に関する記述として、適切なものはどれか

1. リベロはチームのキャプテンを務めることができない
2. チームに登録できるリベロは 1 名のみであり、負傷しても交代はできない
3. ラリー中断中であれば、審判の許可なく後衛の選手と何度でも交代できる
4. フロントゾーンからオーバーハンドで上げたボールを、他選手がネット上で攻撃できる
5. リベロ自身がネット上端より高い位置からアタックを打つことは許される
6. サーブ順が回ってきた際、後衛であればサーバーとして出場することができる

問 34：セッターの「ジャンプトス」を行う戦術的な利点はどれか

1. オーバーハンドセットの反則（ドリブル）を、審判に判定されにくくする
2. 着地後に速やかに守備位置へ戻れるため、カウンターへの備えが強化される
3. 高い打点から供給することで攻撃までの時間を短縮し、相手ブロックを遅らせる
4. ネットに近い位置でトスを上げるため、ボールがネットにかかるリスクを減らす
5. セッター自身の視点が高まり、コート全体を見渡しやすくなるため正確性が増す
6. 常に全力でジャンプすることで、セッター自身の持久力を向上させる

問 35：クイック攻撃の名称と位置関係について、正しいものはどれか

1. A クイック：セッターの後方約 1～2 メートルの位置で打つ速攻
2. C クイック：セッターの後方至近距離で、ネットから離れて打つ速攻
3. バッククイック：後衛の選手がアタックライン後方から行う速攻
4. B クイック：セッターの正面約 1～2 メートル離れた位置で打つ速攻
5. D クイック：セッターの正面至近距離（約 50cm 以内）で打つ速攻
6. セミクイック：ボールの高さがネットから 3 メートル以上上がる攻撃

【ソフトボール】

問 36：ウインドミル投法における「ブラッシング」の効果として、正しいものはどれか

1. 腕を回転させる遠心力を一度リセットし、コントロールを安定させる
2. 投球後のフォロースルーを抑制し、打撃への守備姿勢を速やかに整える
3. 前腕を腰に接触させることでスナップを利かせ、リリースのキレを高める
4. 不正投球（腕の2回転以上）を防ぐための、身体的なチェックポイントとする
5. 肩関節の過度な旋回を防ぎ、投球による肩の怪我を予防する
6. ボールの回転数を抑え、打者の手元で沈むチェンジアップを投げる

問 37：「離塁アウト」が宣告される状況として、正しいものはどれか

1. 走者が、投手がボールを放す前にベースを離れたとき
2. 走者が、打者が空振りした瞬間に次の塁へ走り出したとき
3. 走者が、捕手が返球を投手へ投げた瞬間に離塁したとき
4. 走者が、フェアボールが野手に触れる前に次の塁へ進んだとき
5. 走者が、投手板を踏んでいない投手に対してリードをとったとき
6. 走者が、一度離塁した後に帰塁が遅れ、野手にタッチされたとき

問 38：タイブレーカー制の開始条件およびルールとして、正しいものはどれか

1. 無死満塁から開始し、走者はその回の打順の1、2、3番目の者が務める
2. 一死一、三塁から開始し、攻撃側が打順を自由に選べる
3. 二死ランナーなしから開始し、本塁打が出るまで試合を続ける
4. 無死二塁から開始し、走者はその回の直前の打順の者が務める
5. 前の回の得点差に関わらず、ジャンケンで先攻・後攻を決め直す
6. 無死一塁から開始し、バント以外の攻撃を禁じる特別ルール

【ハンドボール】

問 39：基本ルールに関する記述として、適切なものはどれか

1. フィールドプレーヤーは、ゴールエリア内に着地した直後にシュートを打てる
2. プレーヤーはボールを保持して4歩まで歩くことが認められている
3. 一度ドリブルを止めた後、もう一度ドリブルを再開しても反則ではない
4. 7m スローの際、ゴールキーパーはゴールラインから1m以内しか動けない
5. ゴールキーパーがエリア内でボールを保持している間、相手はこれを奪えない
6. スローインは、サイドラインを完全に越えた位置で、両足を揃えて行う

問 40：「6-0 ディフェンス」の基本的な守り方として、適切なものはどれか

1. 特定の相手1名に対し、常に1人がマンツーマンでマークし続ける
2. 攻撃側のパス回しを妨げるため、3人の選手が常に前方に突出して守る
3. サイドの選手を完全に捨て、中央の3人だけでゴール正面のみを防御する
4. 全員がゴールエリアラインに沿って横一列に並び、中央を厚く守る
5. キーパーをあえてベンチに下げ、フィールドプレーヤーのみでゴールを隠す
6. 全員がゴールエリア内に侵入し、キーパーとともにシュートをブロックする

問 41：「パッシブプレー」のルールに関する記述として、適切なものはどれか

1. 攻撃側が意図的に得点を狙う姿勢を見せない場合、審判が予告信号を出す
2. 予告信号が出された後、攻撃側は最大10回のパスを回すことが許される
3. 予告信号後、シュートがゴール枠を外れて跳ね返った際はパッシブが解消される
4. 予告信号が出された瞬間に、攻撃側は相手チームへのフリースローとなる
5. ゴールキーパーがボールを保持してから5秒以上動かない場合に適用される
6. ディフェンス側の反則によってパッシブの警告がリセットされることはない

【サッカー】

問 42：オフサイドの判定に関する記述として、適切なものはどれか

1. 試合中の選手交代において、一度退いた選手は同じ試合に再度出場できる
2. 味方からのバックパスをオフサイドポジションで受けると反則になる
3. ペナルティーエリア内のハンドは、故意でなければPKにはならない
4. オフサイドポジションにいる選手が、相手のプレーを妨害した場合は反則となる
5. ゴールキックから直接ボールを受けた場合であっても、オフサイドが適用される
6. アドバンテージを適用してプレーを続行させた場合、主審はその後に警告を出せない

問 43：インステップキックの技術指導において、適切なものはどれか

1. 軸足の膝を伸ばしきり、つま先をボールの進行方向とは逆にに向けて踏み込む
2. ボールの真上を叩くようにして、強力なグラウンダーのパスを出す
3. 助走を斜め 45 度からとり、足の甲の外側でボールを包み込むように蹴る
4. 軸足をボールの真横に置き、足の甲（靴紐付近）でボールの中心を射抜く
5. インパクトの瞬間に上体を後方に大きく反らせ、ボールの底を叩く
6. 足の指先（つま先）を使い、ボールを突き刺すようにして弾き出す

問 44：「センターバック」の主な役割に関する記述として、適切なものはどれか

1. 常にサイドライン際を走り、前線の選手に精度の高いクロスを供給する
2. チームの最高得点源として、ペナルティーエリア内で常にパスを待つ
3. コーナーキックの際、常にゴールキーパーの死角をカバーする役割を担う
4. 中盤の底でゲームを組み立て、決定的なスルーパスを出し続ける
5. 相手キーパーがボールを持った際、真っ先にプレスをかけに行く
6. 相手のフォワードをマークし、自陣ゴール前でのシュートを阻止する

【バスケットボール】

問 45：バイオレーションに関する記述として、正しいものはどれか

1. 3 秒ルールは、フロントコートで 3 秒以上ボールを保持してはならない規則である
2. 9 秒ルールは、バックコートからフロントコートへ 9 秒以内に運ばねばならない
3. 24 秒ルールは、シュートが空中にあっても、24 秒計が鳴れば失点となる
4. ダブルドリブルとは、一度ドリブルを終えた後に再びドリブルを開始することである
5. トラベリングは、ボールを持ったまま 2 歩を超えて歩くことで、即失格となる
6. フリースローの際、シューターは放ったボールがリングに触れる前に制限区域に入れる

問 46：バスケットボールの技術および戦術に関する記述として、適切なものはどれか

1. レイアップシュートでは、最高到達点に達する直前にバックボードへ当てる
2. 5 回の個人ファウルを犯した選手は、即座に失格となりベンチを去らなければならない
3. ピボットにおいて、軸足のかかとを浮かせて位置をずらしても反則にはならない
4. チェストパスは、両肘を外側に大きく広げて、ボールを押し出すように放す
5. マンツーマンディフェンスでは、特定の相手をマークせず決まったエリアを守る
6. 「スクリーンプレー」は、攻撃側が守備側の進路を遮り、味方をフリーにする

問 47：「シリンダー」の概念に関する記述として、正しいものはどれか

1. 腕を横に広げた範囲すべてが、その選手の保護される空間として認められる
2. シリンダーは、ボールを持っているオフェンス選手にのみ適用される権利である
3. ジャンプした際、その空中にある空間は元のシリンダーの範囲には含まれない
4. 相手選手のシリンダー内に強引に侵入しても、接触がなければファウルにはならない
5. プレーヤーが占有している床から天井までの円筒状の空間を指す
6. シリンダーの範囲は、各プレーヤーの身長の高さの 2 倍までの高さで定められている

【ラグビー】

問 48：反則および再開方法に関する記述として、適切なものはどれか

1. 前方へのパス「スローフォワード」は、ペナルティキックで再開される
2. 「タックル」は、ボールを持っていない選手に対しても行うことができる
3. 「ラック」は、地上にあるボールに対し、選手が膝をついて奪い合う状態である
4. スクラムの中で、手を使ってボールを外にかき出す行為は認められている
5. イエローカードが出された選手は、以後その試合に出場することはできない
6. 前方にボールを落とす「ノックフォワード」は、相手側のスクラムで再開される

問 49：「トライ」の定義または得点に関する記述として、正しいものはどれか

1. 相手ゴールラインを越えたインゴールに、身体を接地させることで得られる
2. ボールをインゴールに投げ込むだけで得点となり、5 点が与えられる
3. トライの点数は 3 点であり、その後のコンバージョンが成功すると 2 点入る
4. トライした後は、ハーフウェイラインの中央からドロップキックで再開される
5. 相手選手にタックルされて膝がついた状態で接地しても、得点は認められない
6. ボールがゴールポストの保護マットに触れた場合は、トライとは認められない

問 50：「ラック」の成立条件として、適切なものはどれか

1. 地上のボールを囲んで、双方 1 人以上のプレーヤーが立って密着している状態
2. ボールを保持した選手に複数の選手が立ったまま押し合う状態を指す
3. ラックの中で、手を使ってボールを後ろにかき出す行為が推奨される
4. ラックに参加する選手は、必ず相手側のサイドから進入しなければならない
5. 倒れた選手は、速やかにボールを離し、プレーを継続させてはならない
6. レフリーの吹笛によってのみ、ラックの形成が解除される

【ソフトテニス・卓球】

問 51：ソフトテニスのルールまたは技術に関する記述として、適切なものはどれか

1. ソフトテニスは常に 3 ゲーム先取で行われ、デュースの規定は存在しない
2. サーブを打つ際、サーバーはサービスラインを踏み越した状態で打球する
3. 前衛は常にベースラインに留まり、後衛がネット際でスマッシュを打つ
4. センターセオリーとは、常にコート内の四隅にボールを散らす戦術である
5. サーブがネットに触れてサービスボックスに入った場合、失点ではなくレットとなる
6. ネットミスを防ぐため、常に強いバックスピンをかけて高く飛ばすのが基本である

問 52：ソフトテニス（ダブルス）の戦術「センターセオリー」の利点として、適切なものはどれか

1. 常にネットの最も高い端の部分を通すことで、ボールに変化をつけられる
2. 相手のバックハンド側にボールを集めることで、強い打球を打たせない
3. サイドライン際を狙うよりもアウトのリスクが低く、相手ペアの連携を乱せる
4. 相手を常にコート内の外側に追い出し、中央に広大なスペースを作らせる
5. 風の影響を受けやすい中央を通すことで、予測不能な変化を誘発する
6. 自陣の前衛を常にベースラインまで下げさせ、守備を固めることができる

問 53：卓球の競技規則に関する記述として、正しいものはどれか

1. ボールは掌から 16cm 以上、ほぼ垂直に投げ上げなければならない
2. ダブルスのサーブは、自陣の左半面から相手の左半面へ打たねばならない
3. ラリー中にボールがネットに触れて相手コートに入った場合、やり直しとなる
4. ラケットは、片面が黒、もう片面は明るい赤でなければならない
5. ボールを打つ際、ラケットを持たない方の手が台に触れても得点は失わない
6. ドライブ打法は、ボールの下側をこすすることで強力な下回転をかける

問 54：卓球におけるドライブ打法のメカニズムに関する記述として、正しいものはどれか

1. ラケットを上から下へ振り下ろし、強力な下回転（バックスピン）をかける
2. ラケット面を伏せ、下から上へスイングすることで強力な上回転をかける
3. ボールの真後ろを叩き、空気抵抗をなくして無回転（ナックル）で飛ばす
4. ラケットの先端でボールの側面をこすり、横方向へ大きく曲げる
5. 常に打点を頂点より後に落とし、ロビングのような高い弧線を描く
6. 守備専用の技術であり、相手のスマッシュを減速させて返球するために用いる

【マット運動・跳び箱運動】

問 55：倒立の姿勢保持において、バランスを修正する方法で適切なものはどれか

1. 重心が背中側に倒れそうな時は、肘を曲げて重心を低くし安定させる
2. 重心が背中側に倒れそうな時は、指先に力を入れてマットを強く押す
3. 顎を上げ、視線を正面の壁に向けることで背中中の反りを利用して戻す
4. 常に両手の幅を肩幅の3倍程度に広げ、支持基底面を最大に保つ
5. 息を大きく吸い込んで胸郭を広げ、上半身の密度を下げて沈みを防ぐ
6. 左右にバランスが崩れた時は、片手を離して一歩踏み出し、歩いて調整する

問 56：開脚跳びにおける「突き放し（身体の引き上げ）」技術として、正しいものはどれか

1. 跳び箱に着手した後、肘を深く曲げてタメを作り、反動を利用して跳ぶ
2. 指先を使い、跳び箱を軽く叩くようにして素早く空中姿勢へ移行する
3. 跳び箱の奥側に着手し、肩が手首より前方にある状態で台を強く押す
4. 両手で跳び箱の横側を掴み、腕の力だけで身体を持ち上げるようにする
5. 突き放した直後、視線を真下に向けることで着地の安定性を高める
6. 空中で一度足を閉じ、着地直前に再度開くことで滞空時間を稼ぐ

問 57：側方倒立回転（側転）の技術ポイントとして、適切なものはどれか

1. 手をつく位置をあえて一直線から外すことで、回転にひねりを加え、より高度な技への発展を促す
2. 手をつく位置が一直線上に並ぶようにし、回転軸を安定させ、手・手・足・足のリズムを整える
3. 両手を同時にマットに接地させやすくし、肩にかかる負担を左右均等に分散させる
4. 視線を常に自分のつま先に向け、背中を大きく丸めて回転することで恐怖心を取り除く
5. 助走の速度を完全に殺し、回転の途中で一度静止するように動くことで、バランス能力を誇示する
6. 着地は膝を完全に伸ばし、踵に全体重を乗せて衝撃を吸収するのが理想的な完了姿勢である

問 58：台上前転の安全指導における留意点として、最も適切なものはどれか

1. 回転の際、頭頂部を台に強くぶつけることで、回転の推進力を得る
2. 跳び箱の手前側に手をつき、身体を低く保って転がるよう指導する
3. 勢いが足りない時は、空中で足を大きくバタつかせて回転を助ける
4. 跳び箱の中央からやや奥側に手をつき、後頭部から背中を丸めてスムーズに転がる
5. 補助者は、実施者の正面に立ち、転がってくる身体を正面から受け止める
6. 着地は膝を完全に伸ばし、反動を利用して速やかに次の動作へ移る

問 59：倒立前転の指導ポイントとして、適切なものはどれか

1. 倒立姿勢から、肘を急激に曲げて頭頂部をマットに叩きつける
2. 倒立の頂点に達する前に、顎を引いて背中を丸め、回転を開始する
3. 重心が前方に倒れ始めたら、肘を柔らかく曲げて後頭部から接地する
4. 回転中、膝を伸ばしたままにすることで、起き上がりの勢いをつける
5. 着地は片足ずつ行い、即座に次の倒立へと移行するよう指導する
6. 視線は常に前方の壁に向け、背中を反らせたまま回転を完了させる

問 60：跳び箱運動における着地姿勢を安定させるための指導法として、正しいものはどれか

1. 着地の瞬間、膝を完全に伸ばし、踵に全体重を乗せて静止させる
2. 膝を柔らかく曲げて衝撃を吸収し、両腕を前方へ伸ばしてバランスをとる
3. 勢いが足りない場合は、マットの上でわざと尻もちをつくよう指導する
4. 着地後すぐに立ち上がらず、そのまま四つん這いの姿勢で静止する
5. 視線を真上に向け、胸を大きく張ることで重心を後方に残す
6. 両足を揃えず、前後にはさむように着地することで転倒を防ぐ

【運動生理学】

問 61：骨格筋の筋線維の特性に関する記述として、最も適切なものはどれか

1. 加齢に伴う筋萎縮（サルコペニア）では、主に遅筋線維が優先的に減少する
2. 遅筋線維（SO 線維）は、収縮速度が速く、短時間に爆発的な力を発揮するのに適している
3. 速筋線維（FG 線維）は、ミトコンドリアや毛細血管が豊富で、酸化能力が非常に高い
4. 速筋線維（FOG 線維）は、速い収縮速度とある程度の耐疲労性を兼ね備えた特性を持つ
5. 長期間の持久的トレーニングを行うと、遅筋線維が速筋線維へと完全に作り変えられる
6. 筋線維の構成比率は、後天的なトレーニングのみによって決定され、遺伝は無関係である

問 62：運動時のエネルギー供給機構に関する記述として、正しいものはどれか

1. 解糖系（乳酸系）は、筋中のグリコーゲンを分解して ATP を再合成し、乳酸を生成する
2. リン酸系（ATP-CP 系）は、酸素を必要とし、30 分以上の長時間の運動にエネルギーを供給する
3. 有酸素系は、細胞内の核で行われ、短時間の最大強度の運動において主役となる
4. 運動開始直後の数秒間は、有酸素系が先行して働き、その後に無酸素系へと切り替わる
5. 脂肪は、最大強度の運動時において、糖質よりも速やかにエネルギーとして利用される
6. 乳酸は単なる疲労物質であり、他の組織でエネルギー源として再利用されることはない

問 63：トレーニングの原則に関する記述として、適切なものはどれか

1. 過負荷（オーバーロード）の原則とは、日常と同じ負荷で運動を継続することを指す
2. 特異性の原則とは、トレーニングの刺激に応じた特定の機能や部位のみが向上することを指す
3. 漸進性の原則とは、負荷の強さや量を一気に最大まで高めて、短期間で効果を出すことを指す
4. 可逆性の原則とは、トレーニングによって得られた効果は、中断しても一生維持される
5. 意識性の原則とは、無意識のうちに運動を行うことで、神経系の疲労を最小限に抑える
6. 全面性の原則とは、特定の筋肉のみを極限まで鍛え、他の部位との差を広げることである

問 64：運動による循環・呼吸器系の応答に関する記述として、正しいものはどれか

1. 運動時の心拍数は、年齢に関わらず「 $250 - \text{年齢}$ 」という式で最大値を推定する
2. 運動開始直後に呼吸数が急増するのは、主に血液中の酸素濃度が上昇するためである
3. スポーツ心臓は、心筋の萎縮によって引き起こされる病的な状態を指す
4. 無酸素性作業しきい値（AT）以下の強度では、乳酸が急激に蓄積し継続が困難になる
5. 最大酸素摂取量（ $\text{VO}_{2\text{max}}$ ）は、主に呼吸循環系の能力を反映する全身持久力の指標である
6. 運動強度が高まるにつれ、1 回拍出量は上限なく直線的に増加し続ける

問 65：環境と運動に関する生理学的記述として、適切なものはどれか

1. 高温多湿下では、皮膚血管が収縮することで熱の放出を促進し、体温上昇を防ぐ
2. 暑熱順化が進むと、発汗開始が遅くなり、汗に含まれる塩分濃度が大幅に上昇する
3. 水中での運動は、空気中に比べて体熱が奪われにくいため、長時間練習できる
4. 寒冷下での「シバリング（震え）」は、随意的な筋収縮による熱産生である
5. 一度に大量の真水を飲むことは、低ナトリウム血症のリスクを低下させる
6. 高地トレーニングでは、低酸素環境への適応により、赤血球数やヘモグロビン量が増加する

問 66：ウォーミングアップの効果に関する生理学的記述として、正しいものはどれか

1. 筋温を上昇させることで、筋肉の粘性を高め、関節の可動域を狭める
2. 神経系の伝達速度を低下させ、予期せぬ動きによる怪我を防ぐ
3. グリコーゲンをあらかじめ枯渇させることで、主運動での脂肪燃焼を早める
4. 血管を収縮させて血流を制限し、心臓への負担を最大化させる
5. 精神的な緊張を極限まで高め、リラックスした状態を排除する
6. 心拍数や呼吸数を徐々に高め、主運動に必要な酸素供給体制を整える

問 67：「個別性の原則」を学校現場で適用する記述として、適切なものはどれか

1. 全生徒に対して、同一種目・同一負荷のサーキットトレーニングを等しく課す
2. 運動が得意な生徒のレベルに基準を合わせ、不得意な生徒には忍耐を強いる
3. 効率化を図るため、生徒による自己評価や目標設定は行わせない
4. 個別のニーズに応じることは授業の統制を乱すため、集団指導を優先する
5. 生徒個人の体力水準、興味・関心、健康状態等に応じた課題や負荷を設定する
6. 過去の指導経験に基づき、性別や学年だけで一律のトレーニング内容を決定する

【学習指導要領】

問 68：保健体育科の目標「三つの柱（資質・能力）」に含まれないものはどれか

1. 運動の特性に応じた技能を習得し、その背景にある知識を理解すること
2. 運動の課題を解決するための思考力、判断力、表現力等を養うこと
3. 競技成績のみを唯一の指標として、エリートスポーツ選手を特定・育成すること
4. 自他を尊重し、主体的に取り組む学びに向かう力、人間性等を養うこと
5. 豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育むこと
6. 共生社会の形成に資する態度を養うこと

問 69：体育の内容の構成と領域に関する記述として、正しいものはどれか

1. 高校体育は「体づくり運動」「器械運動」「陸上競技」「水泳」「球技」「武道」「ダンス」「体育理論」で構成される
2. 「球技」領域は、全ての年次において「ゴール型」「ネット型」「ベース型」を必ず実施せねばならない
3. 「武道」は、高等学校においては「柔道」を全生徒に強制することが定められている
4. 「ダンス」領域には、「現代的なリズムのダンス」「創作ダンス」「社交ダンス」が示されている
5. 「体づくり運動」は、特定の種目の技能向上を目的とした準備体操のみを行う領域である
6. 各領域の指導においては、安全を最優先し、見学者の学習活動は考慮しなくてよい

問 70：体育の内容「球技」における「思考・判断・表現」の指導事項として適切なものはどれか

1. 相手のいない場所へボールを運ぶための、個人の操作技術をひたすら反復練習する
2. 審判の判定が不利に働いた際、感情をあらわにして抗議し、チームの士気を高める
3. チームの課題を発見し、仲間と協力して作戦を立てたり、自己の役割を果たしたりする
4. 相手チームの弱点を調査し、ルールを逸脱しない範囲で心理的圧迫を与える
5. 練習メニューの決定は全て教員が行い、生徒は指示された動作を正確に再現する
6. 勝敗の結果のみを重視し、作戦の成否についての振り返りは行わない

問 71：体育の内容「体づくり運動」のねらいに関する記述として、正しいものはどれか

1. 筋力や柔軟性を高めることのみを目的とし、心の健康や仲間との交流は考慮しない
2. 全国体力・運動能力調査の数値を向上させるためのトレーニングのみを実施する
3. 運動が苦手な生徒を排除し、身体能力の高い生徒の能力をさらに伸ばすことを主眼とする
4. 自身の体の状態に関心を持ち、心身の調子を整えたり、仲間と交流したりする運動を行う
5. 卒業後に一人で運動を行うことは想定せず、学校内での集団行動の規律を養う
6. 準備運動の時間を活用して、他領域（武道等）の専門的なドリル練習を行う

問 72 : 学習指導要領が示す「現代的な諸課題」への対応として、適切な記述はどれか

1. 障害のある生徒に対しては、安全上の理由から、全ての体育的活動を免除すべきである
2. 性別による固定的な役割分担を意識させ、男女別々の種目実施を永続的に推奨する
3. ICT の活用は体育の授業を停滞させるため、動画分析やタブレットの導入は避けるべきである
4. 伝統的な行動の仕方は、現代の自由な教育方針にそぐわないため、指導内容から除外する
5. 運動の得意・不得意に関わらず、誰もが運動を楽しみ、尊重し合える共生社会の形成を目指す
6. オリンピック教育は、トップアスリートの講演を聴くことのみに限定して実施する

問 73 : 運動学習における「フィードバック」の指導に関する記述として、適切なのはどれか

1. 学習の初期段階から、動作の細部にわたる膨大な情報を毎試技ごとに提示する
2. KP（パフォーマンスの知識）は、常に手取り足取りの物理的介助が言語説明に勝る
3. フィードバックを与えるタイミングは、運動終了直後よりも、一晚寝かせた後が良い
4. 視覚的なフィードバック（動画等）は、生徒の自己客観視を妨げるため使用を控える
5. KP を提示し続けると、学習者が自らの内的感覚に注意を向けなくなるリスクがある
6. ポジティブなフィードバックは甘えを生むため、欠点指摘（ネガティブ）に限定する

問 74 : 運動時の「安全確保」に関する学習指導要領の考え方として、正しいものはどれか

1. 事故防止のため、少しでも危険が伴う運動（倒立や飛び込み等）は一切実施しない
2. 万一の事故の際、教員の責任を回避するための承諾書を事前に徴収することを主目的とする
3. 安全の確保は教員のための義務であり、生徒に安全管理を意識させる必要はない
4. 施設・設備の点検は学期に一度行えば十分であり、授業ごとの確認は不要である
5. 傷病者が出た際、教員は応急手当を行わず、直ちに保護者へ連絡することに専念する
6. 生徒自らが危険を予測し、回避する能力を身に付けるよう指導することを重視する

問 75 : 体育の評価において「主体的に学習に取り組む態度」を評価する視点として適切なのはどれか

1. 運動の技能が他の生徒と比較して著しく優れているかどうかを基準とする
2. 授業の準備や片付けを、他者に命じられるまで静止して待っているかを確認する
3. 教員の指示に対して、創意工夫をせず、盲目的に従っているかを評価する
4. 50m 走のタイムが、学期初めと比較して何秒縮まったかという数値結果を評価する
5. 運動が得意な生徒が、不得意な生徒に対して技術的な優位性を誇示しているかを見る
6. 自己の課題解決に向けて粘り強く取り組み、仲間と協力して学習を進めようとしているか