

高校保健体育 専門問題例

例 1 次の文は，高等学校学習指導要領「第 2 章 第 6 節 保健体育 第 1 款 目標」である。(ア)～(ケ)にあてはまる語句を答えなさい。

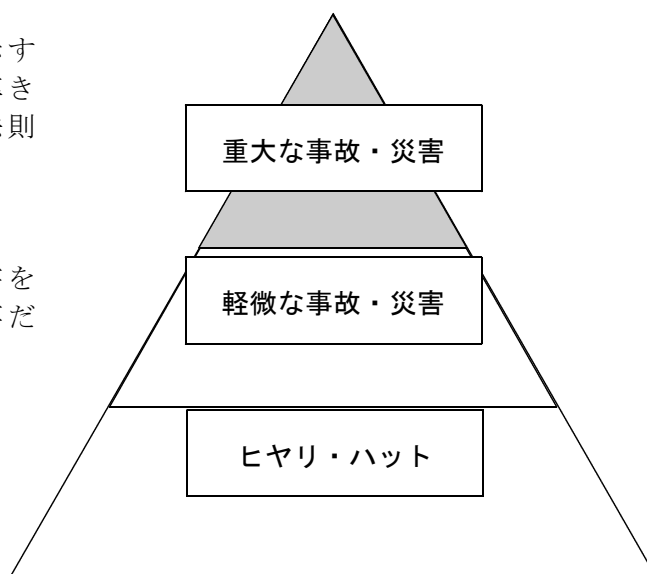
心と体を(ア)としてとらえ，健康・(イ)や運動についての理解と運動の(ウ)，計画的な実践を通して，(エ)にわたって豊かな(オ)を継続する資質や(カ)を育てるとともに健康の(キ)のための実践力の育成と(ク)の向上を図り，明るく豊かで(ケ)ある生活を営む態度を育てる。

(令和元年度)

例 2 右の図について，次の(1)・(2)の問いに答えなさい。

(1) この図は，事故と災害の関係を示す法則を表したものである。法則を導き出した人物の名前をとって，何の法則と呼ばれているか，答えなさい。

(2) この法則から，重大な事故・災害を防ぐためにはどのようなことが必要だと考えられるか，答えなさい。



(令和元年度)

例 3 生活習慣病の一次予防，二次予防，三次予防について，具体例をあげて説明しなさい。

(令和 2 年度)

例 4 次の(1)～(6)の問いに答えなさい。

(1) WHO (世界保健機関) が 1986 年にオタワ憲章で，「人々が自らの健康をコントロールし，改善することができるようにするプロセス」と定義した健康づくりの考え方を何というか，答えなさい。

(2) 「健康日本 21」を中核とする，国民の健康づくり・疾病予防をさらに積極的に推進することを目的に，2002 年に制定された法律を何というか，答えなさい。

(3) すべての人が，年齢や障がいの有無に関わらず，平等に通常の日常生活や社会活動を営むことを可能にするために社会を改善していく理念を何というか，答えなさい。

(4) 微生物などによってつくられる物質で，ほかの微生物の増殖を抑制したり破壊したりする物質の総称を何というか，答えなさい。

(5) 太陽からのエネルギーであたためられた地表から放出される赤外線を吸収し，大気圏を保温して，一定の温度を保つ性質をもつ二酸化炭素やメタンなどの気体を何というか，答えなさい。

(6) 心肺蘇生法で使用される A E D の機能について説明しなさい。

(令和 2 年度)

例 5 次の(1)～(8)の問いに答えなさい。

- (1) 講道館柔道の創設者であり、アジアで最初の国際オリンピック委員会委員となり、スポーツによる世界平和の運動を日本に定着させた人物名を、答えなさい。
- (2) 剣道の試合は、立礼をして開始線まで進み、蹲踞の姿勢で竹刀を合わせ、主審の何という宣告で試合を開始するか、答えなさい。
- (3) トレーニングによって体力を向上させるためには、それまでに行っていた運動より強度が高い運動を行う必要がある。この原理を何というか、答えなさい。
- (4) 体操競技や陸上競技などの、競争相手から直接影響を受けることが少なく、安定した環境のなかで用いられる技術を何というか、答えなさい。
- (5) ジャックボールという的に向かってボールを6球ずつ投げ、いかに的に近づけるかを競うスポーツを何というか、答えなさい。
- (6) 30チームがトーナメント戦を行う場合、1回戦から出場したとして、何試合勝てば優勝できるか、答えなさい。
- (7) 30チームがトーナメント戦を行う場合の総試合数と、8チームがリーグ戦を1試合ずつ行う場合の総試合数では、どちらの総試合数が多いか、答えなさい。
- (8) 次のア～エを、左から高い順に並び替えなさい。(高さは一般用とする。)
ア ラグビーのゴールのクロスバー(上端部)の高さ
イ バスケットボールのリング(上端部)の高さ
ウ バドミントンのネット(中央上端部)の高さ
エ サッカーのゴールのクロスバー(下端部)の高さ

(令和3年度)

例 6 陸上競技の走幅跳における「踏み切り」の、指導上のポイントは何か、2つ答えなさい。

(令和3年度)

例 7 ハンドボールのゴールキーパーに許されている行為を、次のア～オの中から3つ選び、記号で答えなさい。

- ア ゴールエリア内にいるゴールキーパーが、ゴールエリアの外側の床に止まっている、あるいは転がっているボールに触れること。
- イ ゴールエリア内での防御動作において、身体のあらゆる部位でボールに触れること。
- ウ コートプレーヤーに適用される制限を受けずに、ゴールエリア内でボールを持って動くこと。
- エ ボールを十分にコントロールできていない状態で、ボールと共にゴールエリアを離れ、プレーイングエリアで再びプレーすること。
- オ プレーイングエリアに向かっているボールに、足など膝より下の部位で触れること。

(令和3年度)

高校保健体育 正答例

問題番号		正 答 例
例 1	(ア)	一体
	(イ)	安全
	(ウ)	合理的
	(エ)	生涯
	(オ)	スポーツライフ
	(カ)	能力
	(キ)	保持増進
	(ク)	体力
	(ケ)	活力
例 2	(1)	ハインリッヒ の法則
	(2)	日々のヒヤリ・ハットを減らすことが、重大な事故・災害を防ぐ事につながる。
例 3	一次予防	基本的な生活習慣を健康的なものにしたり，喫煙や過度の飲酒をしないことにより，発病自体を防ぐこと。
	二次予防	健康診断などで早期発見し，進行する前に早期治療すること。
	三次予防	重症化した病気から社会復帰するための治療やリハビリテーションを行うこと。
例 4	(1)	ヘルスプロモーション
	(2)	健康増進法
	(3)	ノーマライゼーション
	(4)	抗生物質
	(5)	温室効果ガス
	(6)	心室細動になったときに，心臓に電気ショックを与え細動を取り除く機能。

問題番号	正 答 例
例 5	(1) 嘉納治五郎
	(2) 始め
	(3) オーバーロードの原理（原則）
	(4) クローズドスキル
	(5) ボッチャ
	(6) 5回
	(7) 30チームのトーナメント戦
	(8) イ → ア → エ → ウ
例 6	踏み切り脚は，足首，膝，股関節が伸びきっている状態にする。
	振り上げ脚は，大腿が地面と水平になるくらいまで振り上げる。
例 7	イ
	ウ
	エ