

令和7年度採用

群馬県公立学校教員選考試験問題

中学校（保健体育）

受験 番号	中保体	氏 名	
----------	-----	--------	--

注意事項

- 1 「開始」の指示があるまでは、問題用紙を開かないでください。
- 2 問題は、1ページから4ページまであります。「開始」の指示後、すぐに確認してください。
- 3 解答は、すべて解答用紙に記入してください。
- 4 「終了」の指示があったら、直ちに筆記具を置き、問題用紙と解答用紙の両方を机の上に置いてください。
- 5 「退席」の指示があるまで、その場でお待ちください。
- 6 この問題用紙は、持ち帰ってください。

1 「中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 保健体育編」の「第 3 章 指導計画の作成と内容の取扱い」について、次の(1)、(2)の問いに答えなさい。

(1) 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の推進に向けては、学びに必要な指導の在り方を工夫し、必要な学習環境を積極的に整備していくことが大切であると示されている。下線部について、どのような工夫が考えられるか、具体的に書きなさい。

(2) 保健体育の年間標準時数は、各学年 105 単位時間で合計 315 単位時間と示されている。保健分野については、3 学年間で何単位時間程度配当することとなっているか、数字を書きなさい。また、体育分野の授業時数「体づくり運動」と「体育理論」については、それぞれ各学年で何単位時間以上配当することとなっているか、数字を書きなさい。

2 第 1 学年の「体づくり運動」について、次の(1)、(2)の問いに答えなさい。

(1) 体ほぐしの運動で、道具を使ってリズムに乗りながら、心身の状態に気付いたり、仲間と関わり合ったりすることをねらいにした授業を行いたい。どのような運動を行えばねらいにせまることができるか、具体的な運動の内容を書きなさい。

(2) 体の動きを高める運動の授業を行うことにした。体の動きを高める運動は、4 つの運動で構成されているが、そのうち 2 つの運動を書きなさい。また、それぞれどのようなことをねらいとして行われる運動か書きなさい。

3 第 3 学年の水泳の学習について、下の表 1 のような単元計画を作成した。後の(1)～(3)の問いに答えなさい。

<表 1> 単元計画

過程	つかむ	追究する						まとめる	
		1 時間目	2 時間目	3 時間目	4 時間目	5 時間目	6 時間目		7 時間目
学習活動	10	1 オリエンテーション ・特性や成り立ち、ブールを使用する際のきまりを確認する。 ・水泳の学習によって高まる体力等を確認する。	あいさつ、健康観察、本時のめあて（ねらい）の確認、準備運動、補助運動、水慣れ						1 ウォーミングアップで軽く泳ぐ。
	20	2 単元の見通しをもち、課題をつかむ。	1 既習泳法の泳ぎ方を復習する。 ・クロール 一定のリズムの強いキック S字プル ・平泳ぎ プル、グライド ・背泳ぎ ・バタフライ 等	1 手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりする。  泳法の選択 2 グループ分け ・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ ・バタフライ ・複数の泳法 ・スタート、ターンの練習	2 練習方法 ○クロール ・水面上の腕はリラックスして前方へ ・ <u>(B) 泳ぎの速さに応じた呼吸動作</u> ○背泳ぎ ・肩の延長線上に小指側から入水 ・肩をスムーズにローリング ○スタート、ターン ・流線型の姿勢 ・各種泳法に適した動き ○パディで記録測定	1 前時までに学習した泳ぎを確認する。 ・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ ・バタフライ ・複数の泳法で泳ぐ  2 <u>(C) グループでリレーを行う。</u> ・水中からのスタート ・引継ぎは水中で行う。	2 タイムを計測し、競争の楽しさを味わう。		
	30	3 学習の進め方や練習方法の選択の仕方を知る。準備運動・補助運動の方法を把握する。	2 複数の泳法の体験 ・記録測定	3 一人で複数の泳法を泳ぎ、練習する泳法を選択する。				3 グループでリレーを行う。	
	40	4 <u>(A) 水泳の事故防止について理解する。</u>							
50		人数確認、健康観察、学習のまとめ、振り返り、あいさつ、着替え							

(1) 下線部(A)において、「水泳の事故防止」について指導した。その際、水泳の授業だけでなく、海や川で溺れている人を見つけたときの救助の仕方と留意点を指導した。「溺れている人から目を離さずに、助けを呼ぶ」ことの他に、2 つ書きなさい。

- (2) 下線部(B)において、クロールの練習の際に「呼吸の時に下半身が沈んでしまう」生徒がいた。考えられる原因をあげ、どのように指導するか具体的に書きなさい。
- (3) 下線部(C)において、1チーム6人で、合計200m泳ぐリレーを行った。「中学校学習指導要領(平成29年告示)解説 保健体育編」において、リレーを行う際には「生徒の体力や技能の程度などに応じて弾力的に扱うようにする」と示されている。このことから、水泳が苦手な生徒も楽しむことができるようなルールの工夫を2つ書きなさい。
- 4 第2学年の陸上競技「長距離走」の学習について、次の(1)、(2)の問いに答えなさい。
- (1) 生徒に身に付けさせる技能について、「中学校学習指導要領(平成29年告示)解説 保健体育編」の例示を踏まえ、具体的に書きなさい。また、走る距離は、「生徒の体力や技能の程度や気候等の状況に応じて弾力的に扱うようにする」と示されているが、目安として示されているのは「何m～何m程度」か、数字を書きなさい。
- (2) 長距離走の練習方法について、その練習名を2つ示し、それぞれどのような練習内容か書きなさい。
- 5 第2学年の球技「ゴール型(バスケットボール)」の学習について、次の(1)～(3)の問いに答えなさい。
- (1) 単元の始めのオリエンテーションで、生徒が安全にバスケットボールを行うことができるよう意識させたい。生徒に意識させるべき「ボールを扱う際の安全の留意点」を2つ書きなさい。
- (2) ゲームを行ったところ、「パスがつながらず、シュートまでいけない」というチームがあり、どのような練習を行えばよいか迷っている。このチームに対して、どのような練習を提案すればよいか、練習内容を具体的に書きなさい。なお、1年次にパスキャッチやパスの方法(チェストパスやバウンズパスなど)などの基礎技術は身に付いているものとする。
- (3) 単元の最後にリーグ戦を行う。この試合は生徒が審判を行うことで、ルールや審判の仕方について理解を深めたい。リーグ戦の前に審判講習会を開き、ルールと審判の合図を確認することにした。確認すべき、「バイオレーションのボールの扱いに関する反則」の反則名について、その名前と内容を1つ書きなさい。
- 6 第2学年の武道「柔道」の学習について、次の(1)～(3)の問いに答えなさい。
- (1) 投げ技の指導に際して、受(技を受ける人)の生徒が安全に受け身を取れるように取(技をかける人)の生徒が配慮することを2つ書きなさい。
- (2) グループに分かれて投げ技の練習を行う際、1人1台端末を活用し、模範となる生徒の投げ技を動画で撮影した。動画を活用して練習を進めるにあたり、教師が留意すべき点を2つ書きなさい。
- (3) 寝技の簡易試合を行う前に、固め技の約束練習を行った。その際に、教師は取の生徒に対して、「抑え込みの3条件」を確認した。「抑え込みの3条件」の中から、条件を1つ書きなさい。また寝技の簡易試合は、どのようなルールを設定するとよいか、1つ書きなさい。

- 7 「『指導と評価の一体化』のための学習評価に関する参考資料 中学校保健体育」の「第3学年保健分野の事例」について、後の(1)～(3)の問いに答えなさい。

単元名 健康と環境 第3学年

**【単元の目標】**

- 身体对环境に対する適応能力・至適範囲，飲料水や空気の衛生的管理，生活に伴う廃棄物の衛生的管理などの健康と環境について，理解することができるようにする。
- 健康と環境に関わる事象や情報から課題を発見し，疾病等のリスクを軽減したり，生活の質を高めたりすることなどに関連付けて解決方法を考え，適切な方法を選択し，それらを伝え合うことができるようにする。
- 健康と環境について，健康の保持増進や回復についての学習に自主的に取り組もうとすることができるようにする。

**【単元の評価規準】**

【指導と評価の計画（8時間）】

- (1) 単元の目標や指導と評価の計画を踏まえ、単元の評価規準における主体的に学習に取り組む態度について設定したい。文中<A>の中に入る適切な文を書きなさい。
- (2) 指導と評価の計画における評価方法等について、単元の4時間目、8時間目で2つの評価をしたい。文中<B><C>の中に入る適切な言葉を書きなさい。
- (3) 指導と評価の計画における7時間目の主な学習活動について設定したい。文中<D>の中に入る適切な文を書きなさい。

保健体育	解答用紙	2枚中の1	受験番号	中保体	氏名	
------	------	-------	------	-----	----	--

(7年)

1	(1)				
	(2)	保健分野：	単位時間		
		体づくり運動：	単位時間	体育理論：	単位時間

2	(1)				
	(2)	(運動)	(ねらい)		
		(運動)	(ねらい)		

3	(1)				
	(2)	原因：			
		指導法：			
	(3)				

4	(1)				
		「 m～ m程度」			
	(2)	(練習名)	(内容)		
		(練習名)	(内容)		

保健体育	解答用紙	2枚中の2	受験 番号	中保体	氏 名	(7年)
------	------	-------	----------	-----	--------	------

5	(1)	
	(2)	
(3)	(反則名)	
	(内 容)	

6	(1)	
	(2)	
(3)	(条 件)	
	(ルール)	

7	(1)	A :	
	(2)	B :	C :
	(3)	D :	

以下はあくまでも解答の一例です

保健体育	解答用紙	2枚中の1	受験番号	中保体	氏名	(7年)
------	------	-------	------	-----	----	------

1	(1)	必要な知識及び技能を指導しながら、子供たちの思考を深めるために発言や意見交換を促したり、気付いていない視点を提示したりする。等 【10点】
	(2)	保健分野：48単位時間 【5点】 体づくり運動：7単位時間 体育理論：3単位時間 【5点】

2	(1)	・3人組で音楽に合わせてながら2本の長縄をリズム良く跳ぶ運動。 ・3～4人組で2本の棒をリズム良くまたいだり、ジャンプしたりする。 ・2～6人組でスティックがたおれる前に位置を入れ替わる運動。等 【10点】												
	(2)	<table border="1"> <tr> <td>(運動)</td> <td>(ねらい)</td> </tr> <tr> <td>①体の柔らかさを高めるための運動</td> <td>①全身の体の各部位を振ったり、回したりすることや、曲げたり伸ばしたりすることによって体の各部位の可動範囲を広げること。</td> </tr> <tr> <td>②巧みな動きを高めるための運動</td> <td>②自分自身で、あるいは人や物の動きに対応してタイミングよく動くこと、力を調整して動くこと、バランスをとって動くこと、リズムカルに動くこと、素早く動くことができる能力を高めること。</td> </tr> <tr> <td>③力強い動きを高めるための運動</td> <td>③自己の体重、人や物などの抵抗を負荷として、それらを動かしたり、移動したりすることによって、力強い動きを高めること。</td> </tr> <tr> <td>④動きを持続する能力を高めるための運動 等</td> <td>④一つの運動又は複数の運動を組み合わせて一定の時間に連続して行ったり、あるいは、一定の回数を反復して行ったりすることによって、動きを持続する能力を高めること。等</td> </tr> <tr> <td>同上</td> <td>同上 【各5点×4＝20点】</td> </tr> </table>	(運動)	(ねらい)	①体の柔らかさを高めるための運動	①全身の体の各部位を振ったり、回したりすることや、曲げたり伸ばしたりすることによって体の各部位の可動範囲を広げること。	②巧みな動きを高めるための運動	②自分自身で、あるいは人や物の動きに対応してタイミングよく動くこと、力を調整して動くこと、バランスをとって動くこと、リズムカルに動くこと、素早く動くことができる能力を高めること。	③力強い動きを高めるための運動	③自己の体重、人や物などの抵抗を負荷として、それらを動かしたり、移動したりすることによって、力強い動きを高めること。	④動きを持続する能力を高めるための運動 等	④一つの運動又は複数の運動を組み合わせて一定の時間に連続して行ったり、あるいは、一定の回数を反復して行ったりすることによって、動きを持続する能力を高めること。等	同上	同上 【各5点×4＝20点】
(運動)	(ねらい)													
①体の柔らかさを高めるための運動	①全身の体の各部位を振ったり、回したりすることや、曲げたり伸ばしたりすることによって体の各部位の可動範囲を広げること。													
②巧みな動きを高めるための運動	②自分自身で、あるいは人や物の動きに対応してタイミングよく動くこと、力を調整して動くこと、バランスをとって動くこと、リズムカルに動くこと、素早く動くことができる能力を高めること。													
③力強い動きを高めるための運動	③自己の体重、人や物などの抵抗を負荷として、それらを動かしたり、移動したりすることによって、力強い動きを高めること。													
④動きを持続する能力を高めるための運動 等	④一つの運動又は複数の運動を組み合わせて一定の時間に連続して行ったり、あるいは、一定の回数を反復して行ったりすることによって、動きを持続する能力を高めること。等													
同上	同上 【各5点×4＝20点】													

3	(1)	・自分が飛び込んで助けに行かない。 ・周辺に浮く物がないか考える。等 同上 【計10点】
	(2)	原因：頭が上がりすぎてしまう。等 【10点】 指導法：ビート板を使って、一方の手で水をかきながら、体を横にすることを意識させる。等 【10点】
	(3)	・泳力に応じて、泳ぐ距離を決める。1人の距離は25m～50mとする。 ・種目の中にビート板を活用した種目を入れる。等 同上 【計10点】

4	(1)	腕に余分な力を入れなくて、リラックスして走ること。自己に合ったピッチとストライドで、上下動の少ない動きで走ること。ペースを一定にして走ること。等 【5点】 「1000m～3000m程度」 【5点】												
	(2)	<table border="1"> <tr> <td>(練習名)</td> <td>(内容)</td> <td>【練習名・内容を合わせて5点】</td> </tr> <tr> <td>ペース走 等</td> <td>ペース走：一定のペースを設定し、一定の距離を走る練習。等</td> <td></td> </tr> <tr> <td>(練習名)</td> <td>(内容)</td> <td>【練習名・内容を合わせて5点】</td> </tr> <tr> <td>ビルドアップ走 等</td> <td>ビルドアップ走：楽なペースから徐々にスピードを上げていき、目標スピードまで上げる練習。等</td> <td></td> </tr> </table>	(練習名)	(内容)	【練習名・内容を合わせて5点】	ペース走 等	ペース走：一定のペースを設定し、一定の距離を走る練習。等		(練習名)	(内容)	【練習名・内容を合わせて5点】	ビルドアップ走 等	ビルドアップ走：楽なペースから徐々にスピードを上げていき、目標スピードまで上げる練習。等	
(練習名)	(内容)	【練習名・内容を合わせて5点】												
ペース走 等	ペース走：一定のペースを設定し、一定の距離を走る練習。等													
(練習名)	(内容)	【練習名・内容を合わせて5点】												
ビルドアップ走 等	ビルドアップ走：楽なペースから徐々にスピードを上げていき、目標スピードまで上げる練習。等													



以下はあくまでも解答の一例です

保健体育	解答用紙	2枚中の2	受験番号	中保体	氏名	(7年)
------	------	-------	------	-----	----	------

5	(1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールを転がしたままにしない。</li> <li>・ボールに当たらないようによそ見しない。</li> <li>・散らばったままにしたりしておかない。</li> <li>・ボールをキャッチしたときに怪我をしないように爪を切っておく。</li> <li>・ボールの空気圧を確認する。</li> </ul> <p>等</p>
		同上 【このうち2つ 計10点】
	(2)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ツーメンパスやスリーパスなど、走りながらパスをしたり、パス&amp;ゴールの動きを取り入れたりしてゴールまでつなぐ練習。</li> <li>・3対2や、2対1などディフェンスの人数を少なくして、空いているスペースをうまく使えるようになるような練習。</li> <li>・カットやスクリーンなどボールをもらう前の動きを工夫した練習。</li> </ul> <p>等 【10点】</p>
(3)		(反則名) イリーガルドリブル (ダブルドリブル) 等 【5点】
		(内容) 両手を同時に触れてドリブルしたり、1回のドリブルが終わってから、再びドリブルをしたりすること。等 【5点】

6	(1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・取は投げた際に、引き手を離さないようにする。</li> <li>・受の上に倒れ込んだり、乗り上げたりしないようにする。</li> </ul> <p>等</p>
		同上 【計10点】
	(2)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・見る視点を与えて、模範の動きと自分の動きを比較できるようにする。</li> <li>・技のポイントについて生徒が自分の考えを出せるようにする。</li> </ul> <p>等</p>
(3)		(条件) ・概ね相手が仰向けの状態である。 ・概ね互いに向かい合った形になっている。 ・相手の脚で自分の胴や脚を挟まれていない。 の中から1つ 【5点】
		(ルール) ・片方が仰向けの姿勢や膝つきの組み合った姿勢から、相手を固め技で10～15秒程度抑えること。 等 【5点】

7	(1)	A: 課題の解決に向けた学習活動に自主的に取り組もうとしている。 等 【10点】	
	(2)	B: 形成 等	C: 総括 等 【両方できて10点】
	(3)	D: 教科書等を活用して解決策を選択し、他者に伝え合う。 等 【10点】	