

9 中学校・高等学校 保健体育科実技（問題）

（1枚のうち1）

受験番号		氏 名	
------	--	-----	--

1 領域「器械運動」の「マット運動」を行います。

ロングマットの端から、「倒立前転」、「側方倒立回転」、「開脚前転」の順に、技を連続して行いなさい。実技は1回とします。実技開始の前に一度練習を行うことができます。

2 領域「球技」の「ネット型 バドミントン」を行います。

1 「ショートサービス」を2本行いなさい。サービスは右サービスコートから対角線上のダブルスサービスコートに向かってバックハンドで打ち、シャトルがダブルスサービスコートに入るように行いなさい。実技は1回とします。実技開始の前に1本練習を行うことができます。

2 「ロングハイサービス」を2本行いなさい。サービスは右サービスコートから対角線上のシングルスサービスコートに向かってフォアハンドで打ち、シャトルがシングルスサービスコートに入るように行いなさい。実技は1回とします。実技開始の前に1本練習を行うことができます。

3 領域「武道」の「剣道」及び「柔道」を行います。

1 「剣道」を行います。中段の構えから、前進後退の送り足で「上下振り」を連続して8回行いなさい。ただし、前進する際に1回、後退する際に1回、「上下振り」を行いなさい。実技は1回とします。実技開始の前に一度練習を行うことができます。

2 「柔道」を行います。中腰で両腕を前に伸ばした姿勢から、「後ろ受け身」を2回行いなさい。実技は1回とします。実技開始の前に一度練習を行うことができます。