

令和8年度長崎県公立学校 教員採用選考第1次試験問題

教科・科目

高校 保健体育

受験番号		氏名	
------	--	----	--

実施日 令和7年5月11日（日）

令和8年度長崎県公立学校教員採用選考試験

高校保体

※解答はすべて解答用紙の該当欄に記入すること。

1

「高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 保健体育編 体育編」に示されている内容について、以下の問いに答えよ。

- 問1 次の文は、「第2章 第2節 各科目の目標及び内容」に示されている科目「体育」における「2 目標」である。文中の（ ① ）～（ ③ ）に入る適切な語句を正確に答えよ。

体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の（ ① ）や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。
- (2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を（ ② ）し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
- (3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の（ ③ ）を大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

- 問2 次の文は、「第2章 第2節 各科目の目標及び内容」の科目「体育」における「2 目標」の解説の一部である。文中の（ ① ）、（ ② ）に入る適切な語句を答えよ。

運動の合理的、計画的な実践とは、発達の段階や運動の特性や魅力に応じて、技術の名称や行い方、運動に関わる一般原則や運動に伴う事故の防止などを（ ① ）に理解した上で合理的に運動を実践するとともに、計画を立て、実践し、（ ② ）するといった課題解決の方法などを活用して運動を実践することを意味している。

問3 次の文は、「第2章 第2節 各科目の目標及び内容」の科目「保健」における「2 目標」である。文中の（ ① ）～（ ③ ）に入る適切な語句を正確に答えよ。

保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を次のとおり育成する。

- (1) 個人及び（ ① ）における健康・安全について理解を深めるとともに、（ ② ）を身に付けるようにする。
- (2) 健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える（ ③ ）を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

問4 次の文は、「第2章 第2節 各科目の目標及び内容」の科目「保健」における「2 目標」の解説の一部である。文中の（ ① ）（ ② ）に入る適切な語句を答えよ。

学習の展開の基本的な方向として、中学校での（ ① ）における健康・安全に関する内容について科学的に思考し、判断し、それらを、筋道を立てて（ ② ）に表現できるようにするという考え方を生かすことを目指している。

2

「高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 保健体育編 体育編」の「第2章 第2節 各科目の目標及び内容」の「第2節 各科目の目標及び内容」について、以下の問いに答えよ。

問1 次の文は、科目「体育」の内容「A 体づくり運動」の[入学年次のその次の年次以降]に示されている指導内容の一部である。文中の（ ① ）、（ ② ）に入る適切な語句を答えよ。

体ほぐしの運動は、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付くこと、仲間と主体的に（ ① ）ことをねらいとして行われる運動である。

指導に際しては、これらのねらいを関連させながら、運動を経験するだけでなく、心や体の状態を軽やかにし、（ ② ）の軽減にも役立つなど、自他の心と体の関係や変化を確かめ、仲間と主体的に学ぶことができるように留意することが大切である。

問2 次の文は、科目「体育」の内容「B 器械運動」の[入学年次]に示されている指導内容の一部である。文中の（ ① ）、（ ② ）に入る適切な語句を正確に答えよ。ただし、同一番号には、同一語句が入る。

(1) 次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、技の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方などを理解するとともに、自己に適した技で演技すること。

（中略）

イ 鉄棒運動では、支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、（ ① ）を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。

（中略）

エ 跳び箱運動では、切り返し系や（ ② ）の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、（ ① ）を変えた技や発展技を行うこと。

問3 次の文は、科目「体育」の内容「C 陸上競技」の[入学年次]に示されている指導内容の一部である。文中の（ ）に入る適切な語句を正確に答えよ。

(1) 次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けること。

ア 短距離走・リレーでは、中間走へのつなぎを（ ）にして速く走ることやバトンの受渡しで次走者のスピードを十分高めること、長距離走では、自己に適したペースを維持して走ること、ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低く越すこと。

問4 次の文は、科目「体育」の内容「D 水泳」の「内容の取扱い」に示されている内容の一部である。文中の（ ）に入る適切な語句を正確に答えよ。

泳法との関連において水中からのスタート及びターンを取り上げること。なお、入学年次の次の年次以降は、安全を十分に確保した上で、学校や生徒の実態に応じて（ ）な指導を行うことができること。

問5 次の文は、科目「体育」の内容「E 球技」の[入学年次の次の年次以降]に示されている指導内容の一部である。文中の（ ① ）、（ ② ）に入る適切な語句を答えよ。

合意形成に貢献しようとするとは、チームや自己の課題の解決に向けた練習方法や作戦について話し合う場面で、対立意見が出た場合でも、仲間を尊重し相手の（ ① ）に配慮しながら発言したり、提案者の発言に同意を示したりして（ ② ）な話し合いを進めようとすることを示している。

問6 次の文は、科目「体育」の内容「F 武道」の[入学年次の次の年次以降]に示されている指導内容の一部である。文中の（ ① ）、（ ② ）に入る適切な語句を答えよ。

伝統的な考え方では、対戦相手を敵として考えるのではなく、同じ「（ ① ）」を追求する大切な仲間であるといった考え方があることや、我が国固有の文化である武道を学習することは、これからの（ ② ）を生きていく上で有意義であることを理解できるようにする。

問7 次の文は、科目「体育」の内容「G ダンス」の[入学年次の次の年次以降]に示されている指導内容の一部である。文中の（ ① ）、（ ② ）に入る適切な語句を正確に答えよ。

(1) 次の運動について、感じを込めて踊ったり仲間と自由に踊ったり、自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、ダンスの名称や用語、（ ① ）と表現の仕方、交流や発表の仕方、課題解決の方法、体力の高め方などを理解するとともに、それぞれ特有の表現や踊りを身に付けて交流や発表をすること。

（中略）

ウ 現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化と（ ② ）を付けて仲間と対応したりして踊ること。

問8 次の文は、科目「体育」の内容「H 体育理論」の「1 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展」の指導内容の一部である。文中の（ ① ）、（ ② ）に入る適切な語句を答えよ。

オリンピックムーブメントは、オリンピック競技大会を通じて、人々の友好を深め（ ① ）に貢献しようとするものであること、また、パラリンピック等の国際大会が、障害の有無等を超えてスポーツを楽しむことができる（ ② ）の実現に寄与していることについて理解できるようにする。

3

「高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 保健体育編 体育編」の「第2章 第2節 各科目の目標及び内容」に示されている科目「保健」について、以下の問いに答えよ。

問1 次の文は、「(1) 現代社会と健康」の一部である。文中の（ ）の中に入る適切な語句を正確に答えよ。

(1) 現代社会と健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 現代社会と健康について理解を深めること。

(中略)

(オ) 精神疾患の予防と回復

精神疾患の予防と回復には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践するとともに、（ ）に気付くことが重要であること。また、疾病の早期発見及び社会的な対策が必要であること。

問2 次の文は、「(2) 安全な社会生活」の一部である。文中の（ ① ）、（ ② ）に入る適切な語句を答えよ。

事故は、地域、職場、家庭、学校など様々な場面において発生していること、事故の発生には、周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの（ ① ）、気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの（ ② ）などが関連していることを理解できるようにする。

問3 次の文は、「(3) 生涯を通じる健康」の一部である。文中の（ ）に入る適切な語句を答えよ。

働く人の健康の保持増進は、職場の健康管理や安全管理とともに、心身両面にわたる総合的、積極的な対策の推進が図られることで成り立つことを理解できるようにする。その際、ストレスに対する気付きへの援助、リラクセーションの指導など、（ ）が重要視されていることにも触れるようにする。

問4 次の文は、「(4) 健康を支える環境づくり」の一部である。文中の（ ① ）、（ ② ）に入る適切な語句を答えよ。

健康を保持増進するためには、検診などを通して自己の健康上の課題を的確に把握し、地域の保健所や（ ① ）などの保健機関、病院や（ ② ）などの医療機関、及び保健・医療サービスなどを適切に活用していくことなどが必要であることについて理解できるようにする。

4

「保健」について、以下の各問いに答えよ。

問1 次の文は、何について説明したものか、名称を答えよ。

- ① ストレスの原因となる刺激のこと。
- ② 潜伏期間が3週～6週程度で、感染後3週頃、性器や足の付け根にしこりができ、約3か月後から全身に赤い斑点ができる性感染症のこと。
- ③ 暑くも寒くもなく、活動するのに最も適した温度のこと。
- ④ 自分自身で健康を管理することや、軽い症状の時に一般用医薬品を使用して回復を図ること。

問2 次の文は、医薬品の制度とその活用について説明したものである。誤っているものを1つ選び、記号で答えよ。

- ア. 要指導医薬品と第1類医薬品については薬局で購入できるが、購入者が直接手に取れない場所に陳列されている。
- イ. 医薬品は、錠剤を割ったり、カプセルの中身を取り出したりして服用すると、吸収が早くなり狙った効果が得られない場合がある。
- ウ. 第2類医薬品は、稀に日常生活に支障をきたすような健康被害が起きる恐れがある医薬品である。
- エ. 第3類医薬品は、日常生活に支障をきたすほどではないが、体の変調・不調が起きる恐れがある医薬品である。
- オ. 医薬品を適正に使用したにもかかわらず、副作用による被害を受けた患者には、国が補償を行う皆保険制度がある。

問3 次の文は、胸骨圧迫について説明したものである。文中の（ア）～（オ）に入る適切な語句の組合せを、下の選択肢の中から1つ選び、番号で答えよ。

救助者は、傷病者（成人）の胸の脇に膝をつき、一方の（ア）を胸の（イ）に置き、もう一方の手を重ねる。そして重ねた手の指を組む。両肘は（ウ）、肩が圧迫部位の真上になるような姿勢をとる。傷病者の胸が約（エ）cm沈み込むように強く、速く圧迫を繰り返す。圧迫のテンポは1分間に（オ）回とする。圧迫と圧迫の間は、傷病者の胸が元の位置に戻るように十分に圧迫を解除する。

<選択肢>

- | | | | | | | | | | | |
|---|---|-------|---|-----|---|----------|---|---|---|---------|
| ① | ア | 手の付け根 | イ | 真ん中 | ウ | まっすぐに伸ばし | エ | 5 | オ | 100～120 |
| ② | ア | 手のひら | イ | 真ん中 | ウ | 少し曲げて | エ | 5 | オ | 90～110 |
| ③ | ア | 手の付け根 | イ | 上方 | ウ | 少し曲げて | エ | 3 | オ | 100～120 |
| ④ | ア | 手のひら | イ | 真ん中 | ウ | まっすぐに伸ばし | エ | 5 | オ | 100～120 |
| ⑤ | ア | 手の付け根 | イ | 上方 | ウ | まっすぐに伸ばし | エ | 3 | オ | 90～110 |

問4 仕事と家庭生活、地域生活、自己啓発など、仕事以外の生活との調和を図り、生きがいや働きがいをもって、個人の能力や個性を発揮することを目指すことを何というか答えよ。

5

スポーツに関することについて、以下の間に答えよ。

問1 次のア～カの説明について、正しいものを1つ選び、記号で答えよ。

- ア 陸上競技の短距離走では、1回でも最終の用意の姿勢をとった後、信号器の発射音を聞くまでにスタート動作を開始した者は失格となる。
- イ 水泳競技の個人メドレーでは、バタフライ→平泳ぎ→背泳ぎ→自由形の順序で泳ぐ。
- ウ 体操競技では、男子はゆか→あん馬→つり輪→跳馬→平行棒→鉄棒の順に6種目を行い、女子はゆか→平均台→段違い平行棒→跳馬の順に4種目を行う。
- エ バレーボールでは、ブロッキングはそのチームのボールへの接触回数の1回と数えず、ブロック後の1回目のボールへの接触は、ブロックをしたプレーヤーが行ってはいけない。
- オ サッカーでは、フリーキックを行わない方のチームのプレーヤーは、ボールがインプレーとなるまではボールから5 m以上離れていなければならない。
- カ 剣道では、竹刀を落とした者や倒れた者に対して、ただちに加えた打突については有効打突にならない。

問2 次の①～④の文は、何について説明したものか、名称を答えよ。

- ① 個人もしくはチームが、赤・青のボールをそれぞれ6球ずつ投げて、白色の目標球に、いかに近づけるかを競うパラリンピックの競技スポーツのこと。
- ② バスケットボールで、プレーヤーがゴールしたボールをわざと叩き出して相手のスローインを遅らせたり、プレーヤー以外の人が許可なしにコートに入ったりするといった行為に対する罰則のこと。
- ③ バドミントンで、ラケットヘッドで抑え込むようにして打ち、シャトルのラリーが床面と平行になるようにスピードをつけて打つ打球のこと。
- ④ ラグビーで、ボールを相手側のデッドボールラインの方向にパスしたり、投げたりする反則のこと。

問3 陸上競技、水泳（競泳）、体操競技などは、競争する相手から直接影響を受けることが少ない競技である。このように比較的安定した環境で用いられる技能のことを何というか答えよ。

問4 トレーニングにおいて、難度や強度の高い運動を行うと疲労によって体の機能が一時的に低下するが、適度な休養をとることによって前よりも高いレベルまで回復することを何というか答えよ。

問5 パラリンピックスポーツを通して発信される価値やその意義を通して世の中の人に気づきを与え、よりよい社会をつくるための社会変革を起こそうとする活動のことを何というか答えよ。