

令和5年度 総合型選抜  
芸術体育・生活系専攻 保健体育実技検査実施要領  
器械運動

課題：マット運動の演技

「内容」

ロングマット上で以下の演技を実施する。

開脚後転、伸膝後転、向きを変えて倒立前転—開脚前転、正面水平片足立ち（2秒静止）、一歩踏み出してホッパー側方倒立回転—一歩踏み出してホッパー側方倒立回転

「ねらい及び評価の観点」

マット運動の基礎的な技能を見る。具体的には個技および技の組合せの技術的实施レベルと、演技全体のリズムや流れを総合評価する。

## 陸上競技

### 課題1:ハードル走

#### 【内容】

クラウチングスタートから、スタートダッシュ、そしてハードル2台目までのハードル走の試技を行う。

#### 【ねらい及び評価の観点】

スタート、スタートダッシュやハードルの跳び越し方などの技能の習熟度、走力およびそれらの技術やルールについての理解度をみる。

スタートから2台目のハードルの真上までのタイムを測定するが、そのタイムは評価の参考資料とする。

### 課題2: メディシンボールを用いた投てき

#### 【内容】

女子3kg、男子5kgのメディシンボールをグライド投法により前方へ投てきする。投てきは1回とするが、評価者が採点上必要な場合には、2投目を行わせる。

#### 【ねらい及び評価の観点】

メディシンボールの投てきから、投てきに対する巧緻性及び筋発揮パワーを評価する。なお、投てき距離は、評価の参考資料とする。

### 課題3: 立ち三段跳び

#### 【内容】

着地用のマットの踏切り側の端から5m、6m、7mの距離に踏切り線を設け、受験生各自の選択した踏切り線から立ち三段跳びを行なう。

踏切りは平行に置いた両足で行い、2跳目は右足または左足で、3跳目は2跳目と逆足で跳ぶ。跳躍距離は、着地したマット上の最も踏切り線に近い着地点から踏切り線（踏切り側）までとする。

#### 【ねらい及び評価の観点】

踏切準備、踏切、ホッピングや着地などの技能の習熟度と跳躍力をみる。両足踏切りから、ステップ、ジャンプと逆足で跳躍することについても理解度を確認する。なお、跳躍距離は、評価の参考資料とする。

令和5年度入試 総合型選抜 芸術体育・生活系教育専攻  
(保健体育) 実技 バスケットボール

課題1：連続シュート

「内容」

フリースローレーン内のゴール手前からシュートを行い、次に右側からシュート、さらに左側からシュートを行う。その後、左右のシュート動作を交互に連続して素早く繰り返す(20秒間)。

「ねらいおよび評価の観点」

シュートの正確性、ゴールしたの素早い反応及び身体のクイックネスを見る。リバウンドボールに素早く反応・移動してシュートできているかどうかの評価の観点となる。

課題2：ドリブルシュート

「内容」

センターラインからゴールに向かって、等間隔に並べられたコーンの間をぬって右手でドリブルをし、レイアップシュートを行う。その後、シュートされたボールを拾い左手でゴールからセンターラインに向かってドリブルをする。左右両方行う。

「ねらいおよび評価の観点」

ドリブル技能の正確性及びドリブルからシュートの連続性を評価する。評価の観点は、ボール操作の巧みさ、ドリブルからシュートへの動きのスムーズさ、シュートの正確性である。

課題3：ハーフコートでゲーム

「内容」

ハーフコートで3on3のゲームを行う

「ねらいおよび評価の観点」

攻撃及び防御の総合的能力を評価する。評価の観点は、攻守の個人技能及び戦術行為である(ルール理解も含む)。

## 2023 年入試 バレーボール課題

ねらい「バレーボールにおける個人技能（パス、レシーブ、スパイク）と総合技能（ゲームにおけるオンザボールスキル、オフザボールムーブメント）のパフォーマンスを評価する。」

### ①壁当てでのオーバーハンド、アンダーハンド

- 壁から 1.2m の位置にラインテープを貼り、その後ろから壁に向かってボールを当て、そのボールを連続してオーバーハンドパスとアンダーハンドパスでそれぞれ続ける。
- オーバーハンドパスだけ 20 秒間、アンダーハンドパスだけ 20 秒間行い、回数をカウントする。ラインを踏んだり床にボールが落ちた場合はカウントせず、続いた数のトータルを記録する。

#### 【ねらい及び評価の観点】

- 膝の屈伸を使って下肢からの生まれた力を上肢に伝え、ボールを送り出す動作ができているかを評価する。

### ②1人3段攻撃

- ネットの反対側からボールを投げ入れ、それを1人でレシーブ、トス、スパイクの3段攻撃で相手コートに返球する。試技は1人5回。

#### 【ねらい及び評価の観点】

- しっかりとしたボールコントロールをして安定したスパイクを打てるかどうかを評価する。

### ③総合技能（ミニゲーム）

- 男女別で4対4のゲームを行う。補助学生チームに対して受験生でチームをつくり、ローテーションで4人ずつゲームに出る。強打を禁止しラリーを重視するゲームと、強打も含めたゲームの2つの試技を行う。

#### 【ねらい及び評価の観点】

- サーブ、レシーブ、トス、スパイク、ブロック、カバーリングなどを適切に行っているか、また、チームプレーをするためにお互い声をかけたり指示を出したりしているかを評価する。

※ネットの高さは女子 2m10 cm、男子 2m24 cmとする。ボールはミカサマイルボール 5号（220g）を使用する。

令和5年度入試 総合型選抜 芸術体育・生活系教育専攻  
(保健体育) 実技 サッカー

課題1：ボールリフティング

「内容」

2分間で落とさないで連続した回数

足 (foot) による

落としたら1から数え直す

他の場所で行ったら、数に入れない

「ねらいおよび評価の観点」

基礎的ボールコントロールの習熟度を見る

課題2：1対1 (ゴール付き)

「内容」

受験生vs補助学生とで1対1を行う

オフェンス側はゴールもしくはシュートするまで

ディフェンス側はボールを奪って補助学生にパスするまで

のいずれかのプレーが行われるまで続ける

3回ずつ行ったらオフェンスとディフェンスを交代する

「ねらいおよび評価の観点」

対人プレイの基礎的能力をみる

課題3：ボールコントロールからシュート

「内容」

① ボールが斜め後ろから

キックや手で投げられたボールを、胸、大腿、足などを使って正確にストップし、地面に落としてコントロールしてからシュート

「ねらいおよび評価の観点」

基礎的ボールコントロールとキック能力および

ボールを止めてからキックするまでの一連の動作のスムーズさ、バランスを見る

課題4. ゲーム

「内容」

3対3のゲームを行う。

人数のバランスにより補助学生が入ることもある

「ねらいおよび評価の観点」

サッカーにおける総合的能力を見る (ルール理解も含む)