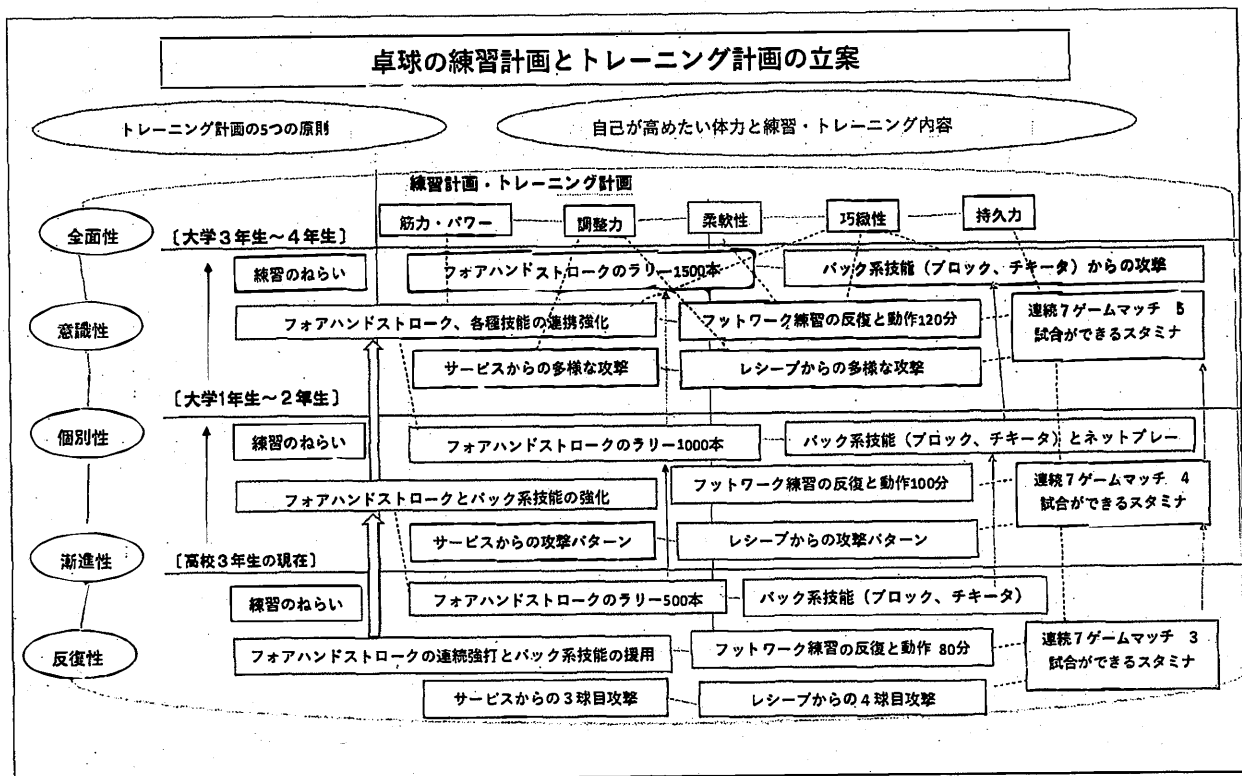


令和7年度入学試験問題（前期日程）
 保健体育に関する理論
 （初等 芸術・実技教育プログラム 体育系科目）
 （中等教育プログラム 保健体育専攻）
 解答例（出題の意図を含む）

（設問1） 出題の意図

練習やトレーニングについては、高校生の教科「保健体育」の学習の中で「体育理論」の内容として、必ず学習している内容である。（設問1）では、思考判断のための素材を提供し、自己の得意な種目や運動のうち1つを取り上げて、運動やトレーニング計画が現時点の思考・判断としてなされているかどうかを問うた。その上で、手書きの図を作成することを試み、思考・判断の内容を図示して表現することを出題内容とした。練習やトレーニングの際の5つの原則を踏まえて、自己の得意な運動やスポーツ種目の技能向上やトレーニング効果が表現できているかを問うた。

解答例



(設問 2) 解答例

卓球の練習・トレーニング計画では、全面性・意識性・個別性を踏まえ、高3の時点ではフォアハンドストロークの連続強打とバック系技能の援用をねらいとしている。これは、体力要素の筋力・筋パワーを高め、調整力をも涵養していくこととなる。大学1年から2年次では、バック系技能の強化に努め、大学3年から4年次には、各種の技能の連携強化へと漸進性を意図した計画として盛り込んでいる。反復性を意図してのフォアハンドストロークのラリーは数値課題を設定し、サービスやレシーブからの技能課題は、達成条件をそれぞれ3球目、4球目攻撃から、攻撃パターン、さらに多様な攻撃へと達成課題を高め、調整力や巧緻性も鍛えようと意図している。さらに反復性を意図し、フットワークの反復練習では、正味の練習時間の漸増によって持久力も鍛えようとするが、大学4年生までに連続7ゲームマッチが5試合できるスタミナを鍛えようとしている。

(392字)