

	【駒場高■保体科・一次】

令和4年12月20日版

保健体育科受検生の皆さんへ

東京都立駒場高等学校

令和5年度 学力検査に基づく選抜における実技検査について

令和5年度学力検査に基づく選抜における実技検査は下記のとおり行いますのでお知らせいたします。

記

- 1 日 時** 令和5年2月21日(火) 学力検査終了後 午後1時30分～午後5時30分(予定)
(雨天あるいはその他の状況により時間を延長することがあります。)
- 2 控 室** 男子:体育講義室 女子:生徒ホール (学力検査後、誘導します)
- 3 検査会場** 東京都立駒場高等学校 各体育施設
- 4 実技検査種目**
1. 基礎体力テスト(全員4種目受検)
 - A. 敏捷性・・・ジグザグ走
 - B. 跳躍力・・・立幅跳
 - C. 筋持久力・・・上体おこし
 - D. 全身持久力・・・シャトルラン
 2. 運動技能テスト(下記の①～⑨から1種目選択)
 - ①陸上競技(男女)
 - 50m走、250m走、1000m走、走幅跳、走高跳、砲丸投、
 - 60mハードルのうち1種目選択
 - ②水泳(男女)
 - 共通種目(100m個人メドレー)と選択種目(50m・以下の種目から選択)
 - 自由形、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ
 - ③体操競技(男女)
 - I 基本演技(男:ゆか、鉄棒・女:ゆか、平均台)
 - II 自由演技(男:ゆか、鉄棒・女:ゆか、平均台)
 - ④柔道(男女)
 - ⑤剣道(男女)
 - ⑥サッカー(男子)
 - ⑦バレーボール(女子)
 - ⑧女子バスケットボール
 - ⑨男子バスケットボール
- ④～⑨の選考内容は、
その競技の基本と応用を行います。
- 5 携行品** 受検票、昼食、飲み物、体育館用シューズ(全員)
- 6 服装・持ち物** 体育実技を行うことのできる服装と各種目のシューズ
- ・専門種目用のシューズ(陸上選択者)
 - ・柔道着(柔道選択者)
 - ・竹刀、剣道着、袴、防具(剣道選択者)
 - ・水着(水泳選択者)
 - ・スパイク、すねあて(サッカー選択者)
 - ・プロテクター(男子 体操競技選択者)
 - ・ゆか音楽CD ※任意(女子 体操競技選択者)
- 7 怪我について** 検査中に起こった怪我等に関する治療費につきましては受検生の全額負担となりますのでご了承ください。(任意保険等にご加入することをお勧めします。)
- 8 その他**
- ・貴重品は必要以外持参しないでください。(当日会場で集めて預かります)
 - ・女子バレーボールの検査では5号球を使用します。
 - ・受検生以外は立入禁止です。

以上