

保健体育科受検生の皆さんへ

## 令和8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8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8年2月22日（日） 午前9時00分から午後4時00分（予定）<br>(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 集合時間   | 午前9時00分（受検生全員）   |
| 3 控 室    | 男子：体育講義室 女子：生徒ホール  |
| 4 検査会場   | 東京都立駒場高等学校 各体育施設   |
| 5 実技検査種目 | 1. 基礎体力テスト（全員4種目受検）<br>A. 敏捷性・・・ジグザグ走     B. 跳躍力・・・立幅跳<br>C. 筋持久力・・・上体おこし     D. 全身持久力・・・シャトルラン<br><br>2. 運動技能テスト（下記の①～⑨から1種目選択）<br>①陸上競技（男女）<br>50m走、250m走、1000m走、走幅跳、走高跳、砲丸投、<br>60mハードルのうち1種目選択<br>②水泳（男女）<br>共通種目（100m個人メドレー）と選択種目（申告した種目で50m・100mの距離を1つ選択）の2種目実施<br>③体操競技（男女）<br>I 基本演技（男：ゆか、鉄棒・女：ゆか、平均台）<br>II 自由演技（男：ゆか、鉄棒・女：ゆか、平均台）<br>④柔道（男女）<br>⑤剣道（男女）<br>⑥サッカー（男子）<br>⑦バレー ボール（女子）<br>⑧女子バスケットボール<br>⑨男子バスケットボール |
| 5 携 帯 品  | 受検票、昼食、飲料、体育館用シューズ（全員）、着替え、タオル   |
| 6 服装・持ち物 | 実技検査を行うことのできる服装と各種目のシューズ <ul style="list-style-type: none"> <li>・専門種目用のシューズ（陸上選択者）</li> <li>・柔道着（柔道選択者）</li> <li>・竹刀、剣道着、袴、防具、面マスクまたはシールド（剣道選択者）</li> <li>・水泳用具（水泳選択者）</li> <li>・スパイク、すねあて（サッカー選択者）</li> <li>・プロテクター（男子 体操競技選択者）</li> <li>・ゆか音楽CD ※任意（女子 体操競技選択者）</li> </ul>   |
| 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    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・貴重品は必要なもの以外、持参しないでください（当日会場で集めて預かります）。</li> <li>・女子バレー ボールの検査では5号球を使用します。</li> <li>・校内は受検生以外立入禁止です。</li> </ul>   |

④～⑨の選考内容は、  
その競技の基本と応用を行います。