

学 校 名 (学科名等)	内 容 (種目等)	男女	実 技 検 査				
			検 査 日	検 査 会 場	検 査 内 容	持 参 する 物	
青梅総合 (総合学科)	剣道	男女	1月26日(水)	剣道場	○基本 1 構え 2 体の運用(すり足) 3 素振り 4 打ち込み(対打ち込み台)	・剣道着、袴(はかま) ・竹刀	
	ソフトボール	女		グラウンド (グラウンド状況が悪い場合:テニスコート、屋内施設)	1 ベースランニング 2 キャッチボール 3 ティーバッティング 4 選択して行うもの(以下の4種目から1種目選択) ・ピッチング ・キャッチング、スローイング(本塁～二塁間) ・内野フィールドイング ・外野フィールドイング ※晴天でも、グラウンド不良の場合には検査内容を変更することがある。	雨天時 1 フットワーク 2 ゴロとり(スローあり) 3 素振り 4 シャトル打ち 5 選択種目の技術チェック	・運動着 ・グローブ又はミット ・運動靴(屋外用) ・体育館シューズ ・必要に応じてスパイク又はアップシューズ ・バット(自由) ※必ず運動靴と体育館シューズを持参すること。
	バスケットボール	女		体育館	○基本 1 ボールハンドリング(ドリブル・パス) 2 シュート 3 ディフェンスフットワーク及びポジショニング等 4 リバウンド技術等	・運動着 ・バスケットボールシューズ(体育館シューズも可)	
	バレーボール	女		体育館	1 基本的なパス(オーバーハンドパスとアンダーハンドパス) 2 サーブ 3 選択して行うもの ・スパイク ・トス ・レシーブ	・運動着 ・バレーボールシューズ ・必要に応じてサポーター	
	陸上競技	男女		グラウンド (雨天時:屋内施設)	○全員が行うもの 1 立ち幅跳び 2 腹筋(30秒間) ○選択して行うもの(以下の3種目から1種目選択) ・50m走(スターティングブロック使用) ・150m走(スターティングブロック使用) ・走り幅跳び ※晴天でも、グラウンド不良の場合には検査内容を変更することがある。	雨天時 ○全員が行うもの 1 立ち幅跳び 2 腹筋(30秒) ○選択して行うもの ・選択種目の技術チェック	運動着 ・短パン(ハーフパンツ、ロングタイツ可) ・運動靴(屋外用) ・体育館シューズ ・スパイク ※必ず運動靴と体育館シューズの両方を持参すること。