

# 奈良教育大学

保健体育専修

実技検査の確認

後期日程

3/12  
THU.

昨年度実施状況情報

最終CHECK!

## 1 陸上競技

### ■ 50m加速走

加速距離・助走距離は自由

### ■ ハンドボール投げ

アップではボール使用可  
アップ後、練習1回、本番2回

測定者が助走区間で助走を行い、スタートラインを通過したタイミングで補助学生①が旗を振り下ろすと測定開始。補助学生3名がタイム計測。3名の平均を教員が記録する。



軽くアップをした後、投球練習を1球できる。測定は2球。  
手首でボールを巻きつけた状態で投げることはファールとみなす。  
半径1mの円の中から助走は認められている。  
投球前後に円の中から足が出るのはファール。



## 2 器械運動

### ■ 鉄棒運動

【過去の課題】 蹴上がり or 逆上がり→後方支持回転→踏み越しおり or 支持飛び越しおり

※ 鉄棒の高さは3〜4段階用意されている。

※ 手本を見た後1回のみ練習を行う。

### ■ マット運動

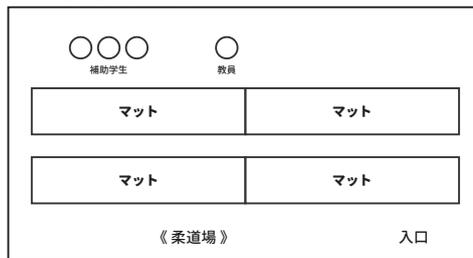
【過去の課題】 倒立前転→とびこみ伸膝前転→開脚ジャンプ→開脚後転→後転倒立

※ 場所は柔道場で行う。

※ 練習として2回だけ通して練習ができる。

※ 本番は教員に近い奥の方のマットで行う。試技は1回。

マット運動試験会場 配置イメージ

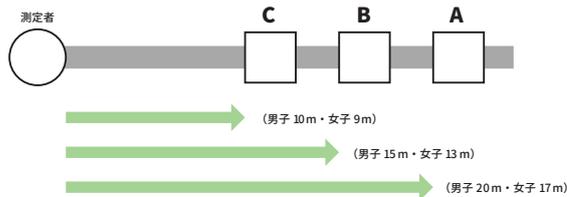


## 3 ボール運動

1m四方の正方形の的が、それぞれの距離に3箇所設置されており、最初にBで練習をしてからA→B→Cの順番で、3周測定し、最後に好きな場所で1球測定する。

※ 男子：約10、15、20m

※ 女子：約9、13、17m



国立・私立 体育・スポーツ系大学受験専門予備校

体育進学センター

<http://www.e-taishin.com>    info@e-taishin.com

【大阪校】〒552-0012 大阪府大阪市港区市岡1-13-5  
TEL: 06-6572-5521 FAX: 06-6572-5571

【代々木校】〒151-0053 東京都渋谷区代々木4-26-3  
TEL: 03-5351-6301 FAX: 03-5351-3600

【新横浜校】〒222-0033 神奈川県横浜市港北区新横浜2-12-12  
新横浜IKビル4F  
TEL: 045-474-1171 FAX: 045-474-1991

センパイを探せ!  
【合格者検索システム】

