

保健体育科教育領域

問題 1 高等学校学習指導要領の保健体育科の目標の中には、「生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続する」という文言がある（下記資料下線部）。

このことについて、次の問 1～3 に対するあなたの考えを示しなさい。

問 1 現在の中学生や高校生が生きるであろう将来の世の中における「豊かなスポーツライフ」とはどのようなものか、あなたの考えを述べなさい。

問 2 生徒たちが将来の人生において豊かなスポーツライフを実現できるような「資質・能力」にはどのようなものがあるか、①主体的に取り組む姿勢、②知識・技能、③思考力・判断力・表現力の 3 つの観点に分け、それぞれあなたの考えを述べなさい。

問 3 問 2 で述べた資質・能力を育むために、生徒に対してあなたはどのような指導・支援をするか、具体的に述べなさい。

第 1 款 目 標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

(資料：文部科学省 高等学校学習指導要領（平成30年告示）より)

【出題の意図】

本問は、高等学校学習指導要領の保健体育科が掲げる「生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを継続する」という目標について、受験者がその理念を深く理解し、現代的な課題と将来社会の姿を踏まえて具体的に考察できるかを評価することを目的としている。

問1では、将来の社会変化を見据えながら「豊かなスポーツライフ」のあり方を主体的に構想する力を問う。問2では、その実現に必要な資質・能力を、主体性・知識技能・思考判断表現の3観点から整理し、学習指導要領に基づく論理的な説明ができるかを評価する。問3では、それらの資質・能力を育成するための具体的な指導・支援方法を述べることで、教育実践を具体的にイメージし、指導者としての視点を持って論述できるかを確認する。

【回答例】

問1

現在の中学生、高校生が生きるであろう将来の世の中は、高度情報化社会であり、AI・ロボットやデジタルコミュニケーションの発達に伴い人々の動きや産業、職業構造は現在とはかなり異なっていると思われる。また少子高齢化や国際化はより深化しているであろう。

このような世界においても生身の人間として運動やスポーツに親しみ、ライフステージに応じて「する・見る・支える・知る」などの様々な関わりを通じて、その楽しさや喜びを味わうスポーツライフは欠かせない。運動やスポーツに関する自分や周囲の人々の課題解決に積極的に関わり、他者とコミュニケーションをとりながら、健康保持・体力向上を目指し生活を明るく活力あるものにしようとする資質・能力が必要であることには大きな変化はないものと考えられる。

問2

豊かなスポーツライフを実現・継続するため、それぞれの運動が有する特性や魅力に応じ、競技に対する情熱や持続力を持ち、楽しさや喜びを深く味わおうとすることが必要である。主体的に取り組む姿勢の観点からはさらに、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たそうとする、積極的に参画する、一人一人の違いを大切にしようとするといったことへの意欲をもつことが資質・能力といえる。

また、知識・技能に関する資質・能力としては、体力や調整力といった身体能力、集中力や自己コントロール能力などの心理的能力、リーダーシップやコミュニケーション能力といったチームワーク能力、目標設定や自己管理に関する能力、競技に対する理解や知識といったことがらをより高め、深めようとする事が挙げられる。

思考力・判断力・表現力としては、判断力や戦術理解といった戦略的思考をはじめ、ここまで挙げた主体的に取り組む姿勢や知識技能に関する資質能力を磨くための計画力や合理性、やり抜く意志、またそれらを自他に伝えるための表現力などが挙げられる。この3観点からなる資質・能力をバランス良く育むことが必要である。

問3

省略

スポーツコーチング領域

問題1 コーチングの基本的な考え方とコミュニケーション力を向上させる基本スキルについて、
具体例をあげてそれぞれ述べなさい。

【出題の意図】

本問は、受験者がコーチングの基本的な考え方を正しく理解しているかを確認するとともに、その理解を具体的なコミュニケーション場面に結びつけて説明できるかを評価することを目的としている。特に、傾聴や質問、フィードバックといったコミュニケーションの基本スキルを、理論だけでなく具体例を交えて述べる能力が求められる。また、概念を整理し論理的に文章化する力もあわせて評価する意図がある。

【回答例】

1、コーチングの基本的な考え方

相手を主とする立場で働きかけて、相手の潜在的に持っている意欲や能力などの顕在化を促し、目標やゴールに向かって行動することをサポートすることが基本的な考え方となる。

2、コミュニケーション力を向上させる基本スキル具体例

「傾聴」、相手の話をさえぎらずに、呼吸やタイミングをみてペースを合わせて「うなずき」「あいづち」を使って聴いているという合図を送りながら、興味をもって最後まで聴くこと。

「承認」、「相手の名前を呼ぶ」「挨拶をかわす」「目を合わせる」「話かける」「お礼を言う」「変化に気づいて伝える」「報告・連絡・相談をする」などの言葉を日常の中で話し、何気なく相手の存在を認める。

「質問」、相手に質問することを通じて、相手が「問題がはっきりさせる」「考え方が整理される」「視点が変わる」「アイデアが出る」「気づき生まれる」「モチベーションが上がる」などの効果が期待できる。

健康福祉領域

問題 1 以下の問 1 から問 2 を全て答えなさい。

問 1 世界保健機関（WHO）の健康の定義を記述しなさい。

問 2 WHO の健康の定義をふまえ、健康増進のために個人で取り組める活動と地域が果たす役割について、それぞれ具体例を示し、述べなさい。

【出題の意図】

本問は、受験者が世界保健機関（WHO）の健康の定義を正確に理解しているかを確認するとともに、その理念を踏まえて健康増進を多角的に考察できる力を評価することを目的としている。問1では、健康を「疾病がない状態」に限定せず、身体的・精神的・社会的側面を含む総合的な概念として捉えられているかを問う。問2では、その広い健康観に基づき、個人が取り組む具体的な行動（運動、食生活改善、ストレス管理など）と、地域社会が果たす役割（健康教育、環境整備、支援体制の構築など）を結びつけて述べる力を評価する。これにより、健康を社会全体の課題として認識し、個人レベルと地域レベルの双方から考察できる能力を確認する。

【回答例】

問1

1948年に発効されたWHO憲章では、前文において「健康」を次のように定義している。

「健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることをいいます。（日本WHO協会訳）」

問2

健康とは、単に病気の有無や虚弱であるかどうかではなく、肉体的、精神的、社会的の3つの観点からすべて満たされた状態にあることをふまえ、具体的に述べる。

健康を維持するためには一般的に食事、睡眠（休息）、運動が基本であると言われている。よって、まず個人でできることとして、栄養バランスの良い食事を摂取すること、適切な睡眠（休息）時間の確保、普段から定期的に身体を動かすことが挙げられる。これらは病気、感染症などを予防し丈夫な体をつくる。同時に、精神的にリラックスさせ、安定感をもたらす効果がある。日々の自分自身のストレス対処法を見つけることも有効である。例えば、音楽や映画を鑑賞すること、誰かに悩みを相談することなどである。また、自分の役割を持つことは社会的に満たされた状態をつくるため、仕事や地域社会、家での役割を持つことは健康のために必要である。

だが、自分自身だけの力でできる人ばかりではなく、また個人でできることに限界もある。身近なところでは家族や職場内での支えも有効であるが、もう少し大きい単位では地域で個人を支えることが可能となる。例えば、自分の住んでいる地域の集団検診や健康教室等への参加は、病気の早期発見・治療、悩みごとの解決へと導き、地域の健康度を高め、健康寿命の延伸や医療費の抑制につながる。

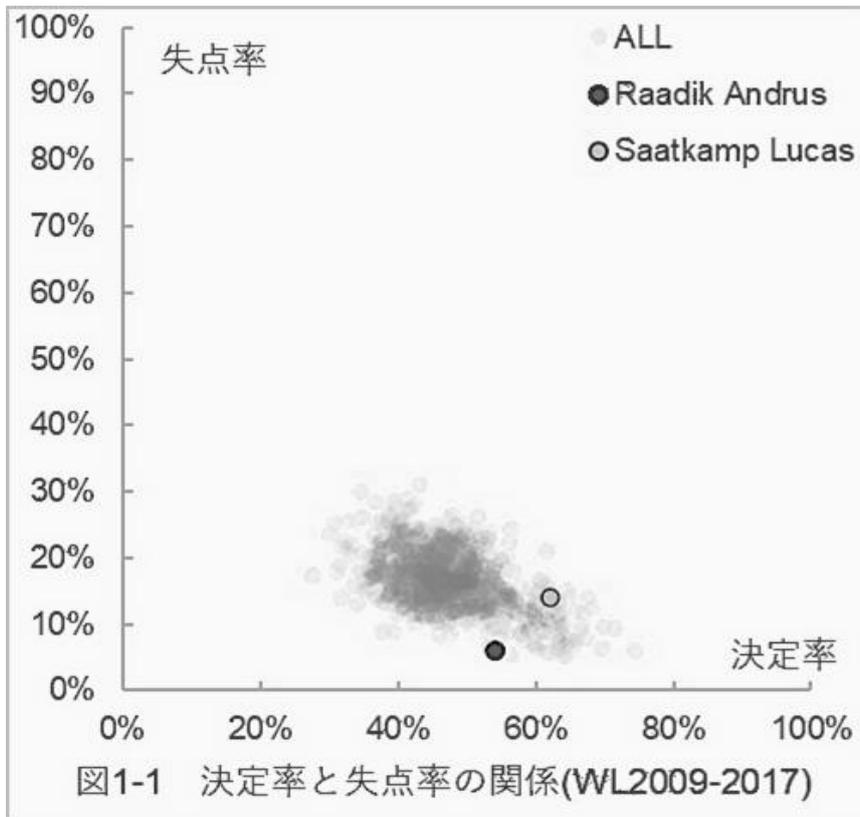
また、地域で食や健康、スポーツやレクリエーションに関する行事などを企画し開催することも、参加する地域住民の健康意識を高めるだけでなく、心のリフレッシュやコミュニケーションの機会にもなり、仲間づくりや閉じこもり予防につながる。個人では自発的に活動しにくい人も、顔なじみの地域住民同士や所属先の人と人とのつながり、民生委員などの支援により活動を促進し、互いに支え合えるしくみづくりが地域に求められ、それが地域の果たす役割と言える。

スポーツ情報戦略・マスメディア領域

問題1 バレーボール競技においてゲームに出場した選手の競技力やチームへの貢献度を測る指標として「アタック効果率」という指標がある。この指標はアタックの決定数からアタックの失点数を減じ、それを総打数で除したもので表される。

下に示した図 1-1 は 2009 年から 2017 年に行われた男子ワールドリーグのアタックの決定率と失点率との関係をグラフに表したもので、横の軸に決定率、縦の軸に失点率を示している。図中には特に Raadik Andrus 選手(2017)と Saatkamp Lucas 選手(2009)の 2 人の選手の成績がわかるように示されており、Raadik Andrus 選手の決定率は 54.0%、失点率が 6.0%、Saatkamp Lucas 選手の決定率は 62.0%、失点率は 14.1%であった。

アタック効果率の算出方法および図 1-1 からアタック効果率を算出することによってわかること（利点）と欠点について論じなさい。



【出題の意図】

スポーツパフォーマンス分析における基礎的な統計指標の定義を理解しているかを確認した上で、その指標を実データに適用して論理的に比較・評価する能力と、その指標が持つ利点と欠点を考察する能力を総合的に評価する。

【解答例】

- ・ アタック決定率のみの評価ではなく失点率というマイナス面も加味された評価方法であり選手の能力を多角的に評価できるという利点を持っている。
- ・ 示された図では失点率と比較して決定率の散らばりが大きくなる傾向にあり、効果率における失点率の影響が決定率と比較して小さくなる傾向にある。
- ・ 例に示された2名の選手の効果率は計算上ほぼ同じになるが、これは2名の選手の特徴を見失わせることになるのではないか。