

# 県立相模原弥栄高等学校 スポーツ科学科 実技検査受検の案内 [令和7年度用]

## 1. 実技検査について

① 基礎身体運動技能（全受検者必須）※室内で実施予定

【検査内容】

走力（10m 2 往復走）      投力（バスケットボール投げ）      跳力（立ち幅跳び）

② 専門競技運動技能（次の8 専門種目の中から1 種目を選択し受検する）

【専門種目】 バレーボール、バスケットボール、バドミントン、サッカー、  
陸上競技、剣道、ベースボール型実技、総合運動技能

【検査内容（概要）】※選択した種目の「技能検査」を実施する。

バレーボール	パス、対人レシーブ、簡易ゲーム
バスケットボール	パス、ドリブル、シュート、リバウンド、1対1、簡易ゲーム
バドミントン	クリア、スマッシュ、ドロップ、スマッシュレシーブ、ロブの各ショット、簡易ゲーム
サッカー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・フィールドプレーヤー（パス&amp;コントロール、簡易ゲーム）</li> <li>・ゴールキーパー（セービング、キック、簡易ゲーム）</li> </ul> <p>※荒天でグラウンドが使用できない場合、体育館で上記内容に準ずる内容で実施する。</p>
陸上競技	<ul style="list-style-type: none"> <li>・短距離（200m走）      ・中長距離（1000m走）</li> <li>・障害（50mハードル走）</li> <li>・跳躍（走幅跳、または走高跳）※試技は2回</li> <li>・投てき（砲丸投、またはジャベリックスロー、または円盤投）※試技は2回以上の種目の中から1種目を実施する。</li> </ul> <p>※障害の高さやインターバル、投てき物の重さは、中学生用に準ずる、もしくは近いもの（距離）を使用する。</p> <p>※荒天でグラウンドが使用できない場合、体育館で選択種目に準ずる内容で実施する。</p>
剣道	礼法、基本打突、立合
ベースボール型実技	ポジション別守備、フリー打撃
総合運動実技	上体おこし、20mシャトルラン、反復横跳び、マット運動 (開脚前転→倒立前転→Y字バランス→伸膝後転→前方倒立回転跳び)

## 2. 受検当日の持ち物

〈全員必要なもの〉

受検票、運動着、室内用シューズ（基礎身体運動技能は室内で実施）

〈専門競技運動技能検査に必要なもの〉

専門種目	用意するもの
バレーボール	専用シューズ
バスケットボール	専用シューズ
バドミントン	専用シューズ、ラケット
サッカー	スパイク、すね当て、GKはGKグローブ
陸上競技	外用アップシューズ、専用シューズ(必要であれば)
剣道	剣道具、剣道着、袴、竹刀、面マスク か マウスシールド
ベースボール型実技	スパイク、グローブ
総合運動技能	基礎身体運動技能検査に準ずる

## 3. 実技検査種目選択について

インターネット出願の際に選択し、申し込む。