

・新体力テスト
・ダンス
・器用運動（マット）
・長距離走
・際限 P.126～P.139

3 年 保 健 体 育 科 定 期 テ ス ト Ⅱ

令和 2 年（2020 年） 11 月 4 日（水）

※問題は 4 ページあります。

※問題をよく読み、解答欄に記入しなさい。

※指定されていること以外を解答欄に記入した場合は不正解とします。

※誤字脱字は不正解とします。

※漢字指定されているところは漢字で書きなさい。

3 年 組 番 名 前 _____

【1】新体力テストについて各問いに答えなさい。

（1）新体力テストの項目と体力との関係について（ ① ）～（ ⑧ ）にあてはまる言葉を次の語群からすべて選び記号で答えなさい。 ※同じ記号を何回使ってもかまいません。

【語群】

テスト項目	体 力
握力	（ ① ）
上体起こし	（ ② ）
長座体前屈	（ ③ ）
反復横跳び	（ ④ ）
持久走	（ ⑤ ）
50m走	（ ⑥ ）
立ち幅跳び	（ ⑦ ）
ハンドボール投げ	（ ⑧ ）

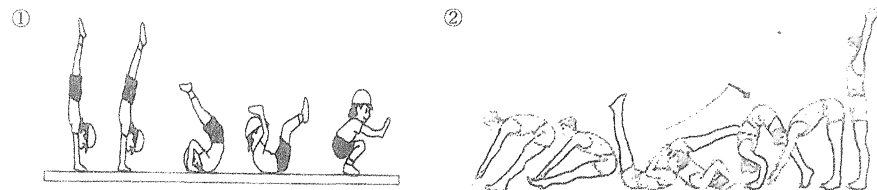
ア： 巧み性 イ： 全身持久力
ウ： 筋持久力 エ： 筋力
オ： スピード カ： 敏しょう性
キ： 瞬発力 ク： 柔軟性

（2）次の各文は新体力テストの測定方法を示した文です。次の（ ① ）～（ ④ ）に入る数字を書きなさい。

- ☐ 上体起こしは、「始め」の合図であおむけ姿勢から、両ひじと両ももがつくまで上体を起こす。両ひじが両ももについたら、すばやく開始時のあおむけ姿勢に戻す。（ ① ）秒間この上体起こしをできるだけ多く繰り返す。
- ☐ 長座体前屈は、背筋を伸ばし、壁に背・尻をぴったりとつけ、両足を両箱の間に入れて長座姿勢を取る。初期姿勢時のスケールの位置は、初期姿勢を取った時の箱の手前右または左の角に（ ② ）cmを合わせる。
- ☐ 反復横跳びは、ラインとラインの間が（ ③ ）cmで、その中央線をまたいで立ち、「始め」の合図で右側の線を越すか、触れるまでサイドステップする。次にサイドステップで中央線に戻り、さらに左側の線を越すか、触れるまでサイドステップし、再び中央線に戻る。（ ④ ）秒間これを繰り返し、点数を記録する。

【2】マット運動について次の問いに答えなさい。

（1）次の図を見て、技の名称を答えなさい。



【5】薬物について次の問いに答えなさい。

（1）次の【 A 】【 B 】にあてはまる言葉を漢字で書きなさい。

【 A 】を医療の目的以外に使用したり、シンナーなどの有機溶剤や、覚せい剤・大麻など、法律で禁止されている薬物や化学物質を不正に使用したりすることを【 B 】という。

（2）次の（ ① ）～（ ⑥ ）にあてはまる言葉を語群から選び、記号で答えなさい。

薬物の使用により、体はボロボロになります。例えば、（ ① ）は萎縮し、（ ② ）で赤血球が作られなくなります。また、（ ③ ）を伴った激しい急性の（ ④ ）状態や急死などを引き起こします。薬物の使用でもっとも恐ろしい特徴は、1回の使用がきっかけとなり、自分の気持ちではコントロールすることができずに繰り返し使ってしまう（ ⑤ ）と使用を何度も続けるうちに、それまでの量では効き方が弱くなる（ ⑥ ）があります。このように、繰り返して使用すると【 A 】が現れ、やがて心身にさまざまな障害を起こし、日常生活を送ることも困難になります。一度でも③や妄想などの精神障害がおこると、薬物をやめて普通の生活に戻ったようでも、酒を飲んだり、眠れないなど、ほんの小さなストレスがきっかけで、突然、かつて薬物を使っていたときと同じ症状が現れることがあります。このことを【 B 】現象といいます。

【語群】

ア) 胃	イ) 骨髄	ウ) 脳	エ) 目	オ) 妄想
カ) 幻覚	キ) 健康	ク) 特性	ケ) 弱性	コ) 耐性
サ) 依存症	シ) 依存性	ス) 錯乱	セ) 錯覚	ソ) 錯死

（3）【 A 】【 B 】にあてはまる言葉を書きなさい。

【6】感染症について次の問いに答えなさい。

（1）次の（ ① ）～（ ④ ）にあてはまる言葉を書きなさい。

感染症とは、環境中（大気・水・土・動物など）に存在する病原性の（ ① ）が人の体内に侵入することで引き起こす疾患のことを言います。病原体には、細菌や（ ② ）、カビなどがあります。これらが人の体内に侵入し、定着、増殖することを（ ③ ）と言います。

（3）してから発病するまでの期間を（ ④ ）期間といい、これは病原体の種類によって異なります。

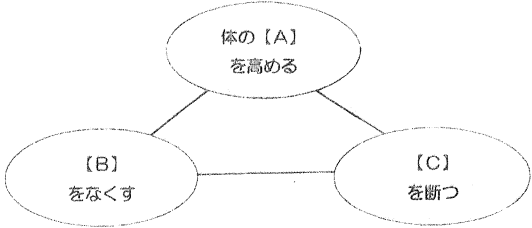
（2）次の（ ① ）～（ ④ ）にあてはまる言葉を語群から選び、記号で答えなさい。

病原体が体の中に侵入する道筋を（ ① ）と言います。これは病気の種類によってさまざまです。例えば、せきやくしゃみなどによる（ ② ）感染、病原体に汚染されている食品を食べたり飲んだりして感染する（ ③ ）感染、空気中に広く漂っているものを吸い込んで感染する（ ④ ）感染などがあります。

【語群】

ア) 気体	イ) 大気	ウ) 汚染	エ) 感染道路	オ) 接触（経口）
カ) 空気	キ) 飛まつ	ク) 飛たけ	ケ) 飛うめ	コ) 感染経路

(3) 次の【A】～【C】にあてはまる言葉を書き、感染症を予防するために有効な対策を答えなさい。



(4) 次の【 A 】にあてはまる言葉を書きなさい。

近年、10代で感染する人も多く、低年齢層への感染の拡大が心配されている【 A 】は、性的接触による感染症で、性器クラジミア感染症や淋菌感染症などがあります。

(5) 次の【 A 】【 B 】にあてはまる言葉を書きなさい。

この病気の原因となる病原体は【 A 】という病原体で、リンパ球という白血球の中で増殖します。精液や唾液、血液などの体液を介して感染します。これに感染すると、免疫の働きが次第に低下し、さまざまな感染症やがんなどの病気にかかりやすくなります。それらの病気が発症した状態を【 B 】と言います。この病気は10年以上発病しない場合もあります。

【1】	(1)	① エ	② ウ・エ	③ ク	④ カ
		⑤ イ	⑥ オ	⑦ キ	⑧ ア・キ
(2)	①	30 秒	② 0 cm	③ 100 cm	④ 20 秒

【2】	(1)	① 倒立前転	② 伸膝後転	
	(2)	① B	② A	③ A ④ B

【3】	(1)	Aくん 42 秒	Bさん 44 秒
	(2)	【A】 デッドポイント	【B】 セカンドウインドウ
	(3)	① ×	② ○ ③ ○

【4】	(1)	B ⇒ F ⇒ D ⇒ A ⇒ C ⇒ G ⇒ H ⇒ E
-----	-----	-------------------------------

【5】	(1)	【A】 医薬品		【B】 薬物乱用		※漢字指定	
	(2)	① ウ	② イ	③ カ	④ ス	⑤ シ	⑥ コ
	(3)	【A】 依存症状		【B】フラッシュバック 現象			

【6】	(1)	① 微生物	② ウイルス	③ 感染	④ 潜伏 期間
	(2)	① コ	② キ	③ オ	④ カ
	(3)	【A】体の 抵抗力	【B】発生源(感染源)	【C】 感染経路	
	(4)	【A】 性感染症			
	(5)	【A】 HIV	【B】 エイズ		