

令和4年度 北海道教育大学旭川校
教員養成課程 芸術・保健体育教育専攻（保健体育分野）
一般選抜 前期日程 実技検査 問題

- 1) 立ち幅跳び
主として瞬発力を測定するテストであり、筋力や平衡性、柔軟性や協応性なども含まれる。
- 2) 上体起こし
主として腹筋の動的持久力や全身の筋力を測定するテストである。
- 3) 腕立伏臥腕屈伸
主として腕の筋の動的持久力を測定するテストであり、体幹の静的持久力も含まれる。
- 4) 時間往復走
主として全身の敏捷性を測定するテストであり、瞬発力や平衡性、柔軟性や協応性なども含まれる。
- 5) 5分間走
主として全身持久力を測定するテストである。

以上