

令和8年度 特色化選抜「指定部活動 実技の内容」

福岡市立福岡女子高等学校

種 目	実技の内容	実技時間
吹奏楽 「特色化選抜 申請書」にて、 希望する楽器 名を申請する こと	【管楽器選択者】 3分以内の任意の曲（練習曲でも可）を無伴奏で演奏する。 暗譜でなくてもよい。 【打楽器選択者】 ①共通課題…スネアドラムで、♩＝120、 3 Dハンド・ブック P30-2 ②3分以内の任意の曲（練習曲でも可）を無伴奏で演奏する。 暗譜でなくてもよい。 【弦楽器選択者】（コントラバスに限る） 3分以内の任意の曲（練習曲でも可）を無伴奏で演奏する。 暗譜でなくてもよい。 【カラーガード選択者】 ・3分以内で任意の曲でシングルフラッグ又はバトンを用いた演技を行う。（コートは5 m × 5 m以内）種類は問わないが、トスとスピンを1回以上入れること。 ・フラッグは持込、貸出いずれも可。 ・音源は各自で用意すること（再生方法は事前に本校に相談すること）。 ※実技の後、これまでの音楽活動について2～3項目質問をする（その場で音階やリップスラー等を演奏してもらうこともある）。 ※楽器は各自で準備すること。大型楽器など準備が難しい場合は事前に本校に相談すること（マリンバは本校で準備する）。	1人 10分 程度
バレーボール	①パス（オーバー、アンダーなど） ②対人レシーブ ③スリーマン ④サーブ ⑤サーブカット ⑥スパイク ※ネットの高さは2 m 15 c mである。 ※⑥のスパイク時セッターとリベロはそれぞれのポジションに入る。 ※ボール（4号球）は本校が準備する。	45分 程度

種 目	実技の内容	実技時間
ソフトテニス	①各種・基本プレー ストローク（フォアハンド、バックハンド）、サービス ②得意なプレー ※ラケット、テニスシューズは各自で持参すること。 ※ボールは本校が準備する。 ※雨天時は室内で基本技術のみを実施する。 体育館で利用できるシューズを準備しておくこと。	60 分 程度
バスケット ボール	①各種ドリブル、パス、シュート ②1on1（ハーフコート）…ポジション別 ③3on3 または 5on5 …人数によって変更あり ※ボール（6号球）は本校が準備する。	40 分 程度
ソフトボール	①ベースランニング（本塁→1塁、2塁→本塁） ②キャッチボール、クイックスロー、ゴロ捕球 ③ロングティー（補助者が斜め前からトスしたボールを打つ） ④ポジション別ノック ⑤【投手のみ】ピッチング 【捕手のみ】セカンドスロー（防具は使用しない） ※グラブ（ミット）は、各自で持参すること。 ※バットは本校でも準備するが、持参してもよい。 ※ソフトボール（3号球）は本校が準備する。 ※雨天時は室内で相応の実技を実施する。 体育館で利用できるシューズを準備しておくこと。	50 分 程度
サッカー	①基礎（パス、コントロール、シュート等） ②ゲームまたは1対1、2対2等 ③ゴールキーピング（GKのみ） ※スパイクもしくはトレーニングシューズは各自で持参すること。 ※ボール（5号球）は本校が準備する。 ※雨天時は室内で相応の実技を実施する。 体育館で利用できるシューズを準備しておくこと。	45 分 程度

「特色化選抜
申請書」にて、
第1、第2ポ
ジションを申
請すること。