

学 校 生 活 管 理 指 導 表 (中 学 ・ 高 校 生 用)

氏名

(歳)

中学校

高等学校 _____ 年 _____ 組

医療機関名

医師名

・ 診断名 (所見箱)

| | | | |
|--|--|---|--|
| ・ 指導区分 ・ 要管理 : A・B・C・D・E ・ 管理不要 | ・ 運動部活動 _____ 部 ・ 可 (但し、) ・ 禁 | ・ 次回受診 _____ 年 _____ 月 _____ 日 または異常があるとき | 指導区分 : A…在宅医療・入院が必要 B…登校はできるが運動は不可 C…軽い運動は可 D…中等度の運動も可 E…強い運動も可 |
|--|--|---|--|

| 体育活動 | | 運動強度 | | | |
|------------------|--|---|--|---|--|
| | | 軽い運動 (C ・ D ・ E は “可”) | 中等度の運動 (D ・ E は “可”) | 強い運動 (E のみ “可”) | |
| 運 動 種 目 | 体づくり運動 体はぐしの運動 体力を高める運動 | いろいろな手軽な運動、リズムカルな運動、基本の運動 (運動遊び) (投げる、打つ、捕る、蹴る、跳ぶ) | 体の柔らかさ及び巧みな動きを高める運動、力強い動きを高める運動、動きを持続する能力を高める運動 | 最大限の持久運動、最大限のスピードでの運動、最大筋力での運動 | |
| | 器械運動 (マット、鉄棒、平均台、跳び箱) | 体操運動、簡単なマット運動、バランス運動、簡単な跳躍、回転系の技 | 簡単な技の練習、ランニングからの支持、ジャンプ・回転系などの技 | 演技、競技会、連続的な技 | |
| | 陸上競技 (競走、跳躍、投てき) | 立ち幅跳び、負荷の少ない投てき、基本動作、軽いジャンピング | ジョギング、短い助走での跳躍 | 長距離走、短距離走の競走、競技、タイムレース | |
| | 水泳 (クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ、横泳ぎ) | 水慣れ、浮く、伏し浮き、け伸びなど | ゆっくりな泳ぎ | 競泳、競技、タイムレース、飛び込み | |
| | 球 技 | バスケットボール | パス、シュート、ドリブル、フェイント | ドリブルシュート、連携プレー (攻撃・防御) | 簡 易 ゲ ー ム レ ー ス ・ ゲ ー ム 競 技 練 習 |
| | | ハンドボール | パス、シュート、ドリブル | ドリブルシュート、連携プレー (攻撃・防御) | |
| | | バレーボール | パス、サーブ、レシーブ、フェイント | スパイク、ブロック、連携プレー (攻撃・防御) | |
| | | サッカー | ドリブル、シュート、リフティング、パス、フェイント、トラッピング、スローイング | ドリブル・ヘディングシュート、ボレーシュート、連携プレー (攻撃・防御) | |
| | | テニス | グランドストローク、サーブ、ロビング、ボレー、サーブ・レシーブ | スマッシュ、力強いサーブ、レシーブ、乱打 | |
| | | ラグビー | パス、キッキング、ハンドリング | パス、キッキング、ハンドリング | |
| | | 卓球 | フォア・バックハンド、サーブ、レシーブ | フォア・バックハンド、サーブ、レシーブ | |
| | | バドミントン | サーブ、レシーブ、フライト | ハイクリア、ドロップ、ドライブ、スマッシュ | |
| | | ソフトボール | スローイング、キャッチング、バッティング | 走塁、連携プレー、ランニングキャッチ | |
| 野球 | | 投球、捕球、打撃 | 走塁、連携プレー、ランニングキャッチ | | |
| ゴルフ | グリップ、スイング、スタンス | 簡易ゴルフ (グランドゴルフなど) | | | |
| 武道 | 柔道、剣道、(相撲、弓道、なぎなた、レスリング) | 礼儀作法、基本動作、受け身、素振り | 簡単な技・形の練習 | 応用練習、試合 | |
| ダンス | 創作ダンス、フォークダンス 現代的なリズムのダンス | 即興表現、手振り、ステップ | リズムカルな動きを伴うダンス (ロックやサンバを除く)、日本の民謡の踊りなど | リズムダンス、創作ダンス、ダンス発表会 | |
| 野外活動 | 雪遊び、氷上遊び スキー、スケート、キャンプ、登山、遠泳 水辺活動 | 水・雪・氷上遊び | スキー・スケートの歩行やゆっくりな滑走 平地歩きのハイキング、水に浸かり遊ぶ サーフィン、ウインドサーフィン | 通常の野外活動 登山、遠泳、潜水 カヌー、ボート、スクーパー・ダイビング | |
| 文化的活動 | 体力の必要な長時間の活動を除く文化的活動 | 右の強い活動を除くほとんどの文化的活動 | | 体力を相当使って吹く楽器 (トランペット、トロンボーン、オーボエ、バサーン、ホルンなど)、リズムのかなり速い曲の演奏や指揮、行進を伴うマーチングバンドなど | |
| 学校行事、その他の活動 | ▼ 体育祭、運動会、球技大会、スポーツテストなどは上記の運動強度に準ずる。 ▼ 指導区分 “E” 以外の生徒の遠足、林間学校、臨海学校、宿泊学習などへの参加について不明な場合は学校医・主治医と相談する。 | | | | |