

学 校 生 活 管 理 指 導 表 (中 学 ・ 高 校 生 用)

年 月 日

京都橘中学校

年 組 氏名

男・女

年 月

日生

診断名(所見名)	指導区分 要管理：A・B・C・D・E	運動部活動 可・禁	次回受診 ()年()ヶ月後 または異常があるとき	医療機関名
	管理不要	()部		医師名 印

【 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 領 域 等	体づくり運動	体ほぐしの運動 体力を高める運動	仲間と交流するための手軽な運動、律動的な運動 基本の運動(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 高める運動、動き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	準備運動、簡単なマット運動、バランス運動、簡単な跳躍	簡単な技の練習、助走からの支持、ジャンプ・基本的な 技(回転系の技を含む)	演技、競技会、連続的な技			
	陸上競技	競走、跳躍、投てき	基本動作、立ち幅飛び、負荷の少ない投てき 軽いジャンピング(走ることは不可)	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	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	ゴール型	バスケットボール	ランニングの強い運動 ランニングの強い運動を伴わないもの	フットワークの強い接触を伴わないもの	基本動作を生かした簡易ゲーム (ゲーム時間、コート広さ、用具の工夫などを取り入れた連携プレー、攻撃・防御)	簡易タイムレース・ゲーム・練習・競技	試合・競技
			ハンドボール					
			サッカー					
			ラグビー					
		ネット型	バレーボール					
			卓球					
ベースボール型	テニス							
	ソフトボール							
野球	野球							
ゴルフ	ゴルフ	基本動作(軽いスイングなど)	クラブで球を打つ練習					
武 道	柔道、剣道、相撲	礼儀作法、基本動作(受け身、素振り、さばきなど)	基本動作を生かした簡単な技・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)	基本動作(手振り、ステップ、表現など)	基本動作を生かした動きの激しさを伴わないダンスなど	各種のダンス発表会など				
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地歩きのハイキング、水に浸かり遊ぶなど	登山、遠泳、潜水、カヌー、ボート、サーフィン ウインドサーフィンなど				
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	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、バスーン、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バンドなど				
学校行事、その他の活動		▼体育祭、運動会、競技大会、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、宿泊学校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。						

その他注意すること