

北浦和小の体育のやくそく



1【移動について】

- 校庭や体育館への移動は、並んで静かに移動する。

ねんせい あか
1年生は赤にする。

2【服装について】

- 体育の学習時には、紅白帽子を必ず着用する。体育朝会、授業の時には白にする。（見学の時には、赤にする。）
- 紅白帽子のゴムをしっかりとあごにかけ、くつひもはしっかりと結ぶ。
- 体育着の着用を基本とする。上着は、ハーフパンツの中に入れる。（担任の先生から了解を得れば他の物を着てもよい。）
- 体育着の下に半袖の肌着を着るのは可とする。ただし、授業後にかいた汗で体が冷えないように、替えの肌着を用意するなど、各家庭で判断をして準備する。
- 気温の低い時期については、体育用の上着（トレーナー等）や長ズボンを着てもよい。（フードが付いているもの、ファスナーがある上着等は、危険なので着用しない。）
（長ズボンは運動に適した動きやすいものを着用する。）※下記参照
- 暑くなったら脱ぐなどの温度調節ができるよう、上着や長ズボンの下に体育着を必ず着る。（中に長袖シャツ、タイツ等を着ないようにする。）



3【授業中について】

- 体調が悪くなった時は、すぐに担任の先生に知らせる。
- 見学者も準備やアドバイス等で授業に参加する。

4【片づけについて】

- 使用した用具は、もとにあった決められた場所に片づける。
- マットや跳び箱など重い用具は一人では持たず、協力して片づける。



5【感染症対策等について】

- 学習内容や学習方法については、その時の感染状況を踏まえて対応をする。

※ 令和5年4月改訂版

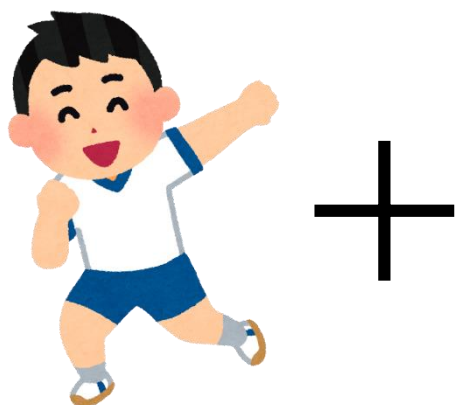
冬の体育授業の服装についてのお知らせ

体育授業時の服装について、気温が低い日の体育の授業では、寒さで身体が暖まりにくくケガ等にもつながりやすくなるため、体育用に長袖、長ズボン、手袋など実態に応じて準備していただくようお願いします。なお、運動に適したもの、汚れてよいものをご準備ください。

① 長袖の例



② 長ズボンの例



③ 手袋の例



○注意点

- ・ 体育着+①②③の防寒着を必要に応じて準備してください。
- ・ 体温調節のために防寒着を脱ぐことができるよう、体育着は必ず着ます。寒い日は、体育着を着てからその上に長袖を着たり、長ズボンを履いたりするようにします。
- ・ 体育の授業時に必ず着なくてはならないものではありません。
- ・ 暖かくなった時に途中で脱げないため、ヒートテックなどのインナーは避けてください。
- ・ 長袖や長ズボンなどは、普段着との兼用ではなく、体育授業用に用意して予め体育着袋に入れておいてください。
- ・ 手袋は、運動の種目によっては、安全のために外して運動することもあります。