



# 南房総のハズシ

## 「学校の新しい生活様式」での体育について

今後、学校の教育活動を再開していくにあたっては、児童生徒及び教職員の感染リスクを可能な限り低減することが必要です。学校における新型コロナウイルス感染症対策等については、国や県からガイドラインや Q&A 等において、留意事項が示されていますが、本事務所保健体育班では体育について抜粋し目安をまとめました。各学校等様々なご対応をされていることと思いますが、本文を参考に感染症対策に努めていただきたいと思います。

なお、本文は令和2年5月26日時点での最新の情報に基づき作成しました。今後新たな情報が得られた場合には随時見直しを行ってまいります。

### 授業実施前の留意点

- ① 児童生徒が密集する運動や児童生徒が近距離で組み合ったり接触したりする場面が多い運動については、地域の感染状況等を踏まえ、安全な実施が困難である場合、当面実施せず、年間指導計画の中で指導の順序を入れ替えるなどの工夫をする。
- ② 体育の授業に関し、医療的ケア児及び基礎疾患児の場合や、保護者から感染の不安により授業への参加を控えたい旨の相談があった場合等は、授業への参加を強制せず、児童生徒や保護者の意向を尊重する。
- ③ 地域の感染状況を踏まえ、体育の授業は、熱中症事故の防止に留意しつつ可能な限り屋外で実施する。その際、児童生徒が集合・整列する場面を避けるなどの工夫をする。体育館など屋内で実施する必要がある場合は、呼気が激しくなるような運動を行うことは避ける。また、体育館等のドアを広く開け、こまめな換気や消毒液の使用（消毒液の設置、児童生徒が手を触れる箇所の消毒）など、感染拡大防止のための防護措置等を実施する。
- ④ 児童生徒の健康状態を把握し、体調が優れない児童生徒の体育の授業への参加は見合わせる。授業を見学する児童生徒については、マスクを着用させ、児童生徒間の距離を1～2m以上確保する。ただし、気温が高い日などに屋外で授業を見学する場合は、マスクを着用した児童生徒が熱中症にならないよう、日陰で見学させたり、必要に応じてマスクを外し、他の児童生徒との距離を2m以上確保したりする。
- ⑤ 教師は、原則として体育の授業中もマスクを着用する。ただし、児童生徒への指導のために自らが運動を行う場合などは、マスクを外すことは問題ない。なお、マスクを外す際は、不必要な会話や発声を行わず、児童生徒との距離を2m以上（ランニングなどで同じ方向に動く場合は更に長い距離）を確保する。
- ⑥ できるだけ個人の教材教具を使用し、児童生徒同士の貸し借りはしない。器具や用具を共用で使用する場合は、使用前後の適切な消毒や手洗いを行わせる。
- ⑦ 体育の授業におけるマスクの着用については必要ないが、体育の授業における感染リスクを避けるために、

児童生徒の間隔を十分確保する。

- ⑧ 水泳については、「今年度における学校の水泳授業の取扱いについて」〔事務連絡(令和2年5月22日)〕を参照する。

#### 授業中の留意点

- ① 体育の授業前にマスクを外してから授業後にマスクを着用するまでの間、児童生徒間の距離を2m以上確保するとともに、ランニングなどで同じ方向に動く場合は更に長い距離を確保する。また、児童生徒が教え合う場面では互いの距離を2m以上確保するとともに、児童生徒に不必要な会話や発声を行わないよう指導する。併せて、体育の授業の前後に手洗いをするよう指導する。
- ② 体育の授業において、軽度な運動を行う場合や児童生徒がマスクの着用を希望する場合は、マスクの着用を否定しない。ただし、運動時にはN95マスクなどの医療用や産業用マスクではなく、家庭用マスクを着用するよう指導する。また、マスクの着用時には、例えば、呼気が激しくなるような運動を行うことを控えたり、児童生徒の呼吸が苦しい様子が見られる場合は、必要に応じてマスクを外し、他の児童生徒との距離を2m以上確保して休憩させたりする配慮を行う。
- ③ マスク着用時はのどが渇かなくても定期的に水分補給する等、特に熱中症に注意する。
- ④ 一斉臨時休業及び春季休業期間において、運動不足となっている児童生徒もいると考えられるため、当面、体育の授業開始時には準備運動を十分に行うよう留意する。

#### 授業後・その他の留意点

- ① 様々な場所にウイルスが付着している可能性があるため、外から教室等に入る時は、こまめに手を洗う。また、手を拭くタオルやハンカチ等は個人持ちとして、共用はしないように指導する。
- ② 基本的には、流水と石けんで手洗いをし、流水で手洗いができない場合には、アルコールを含んだ手指消毒薬を使用する。
- ③ 多くの児童生徒等の触れる場所(教室等やトイレのドアノブ、手すり、スイッチ他)や共用の教材・教具・情報機器などを、1日1回以上、消毒液(次亜塩素酸ナトリウム)で適切に消毒する。
- ④ 児童生徒等が、新型コロナウイルス感染症及びその感染予防対策について正しい知識を身に付け、自ら感染のリスクを避ける行動をとることができるよう、指導資料※等を活用し、発達段階に応じた指導を行う。

※『新型コロナウイルス感染症の予防～子供たちが正しく理解し、実践できることを目指して～』

(令和2年4月 文部科学省)

[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/kenko/hoken/08060506\\_00001.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/08060506_00001.htm)

- ⑤ 各学校においては、当面の間、新型コロナウイルス感染症対策にあたる対策本部を設置し、学校全体で感染対策に取り組む体制を整備する。

からだ 体ほぐしの運動遊び, うんどうあそ 多様な動きをつくる運動遊び  
ねん くみ ばん なまえ

たつまき遊び

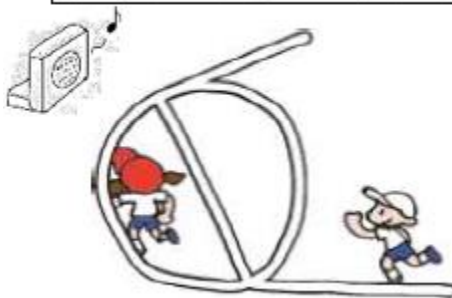


ゆっくりと回りながら, 間をあけよう。

\*タオルや手ぬぐいをつかると, 2 m はなれます。

- かた足をじくにして, 右回りや左回りに回る。
- 回る姿勢や速さを変えてみよう。

ラインウォーキング



• ラインの上を自由に歩く。

• 音楽に合わせて, リズミカルに動こう。

• 色々な動きができるように, マネをするなど工夫しよう。



スキップ♪



動き方を変えて  
(横歩き, スキップなど)

ボールを使って



投げ方を変えて

• ボールを投げるような動きをしてみよう。

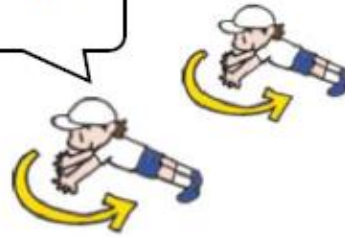
• ボールのかわりに, タオルや手ぬぐいを使ってみよう。

## 腕立て時計遊び

手をパーにすると、体を  
支えやすくなるね



せーので一緒に  
回るよ。



## 友達と合わせて

- うで立てふせの姿勢で自分の体をささえ、手や足を動かそう。
- 友達と合わせるときは、2 m はなれよう。

## 缶ぽっくり遊び

右、  
左、  
右、  
左



コースをつ  
くってやっ  
てみよう。



## コースを作って

- 歩くときは、右手右足、左手左足をいっしょに動かします。
- 「右・左・右・左」と声に出すよう、手足をそろえよう。
- コースを作って、楽しく歩いてみよう。

## なわ跳び遊び



- 前まわしや後ろまわしなど、いろいろなとびかた  
をしてみよう。
- ロープをもたないでリズム感をもってとんだり、片手  
になわをもち、手首でまわしたりしてとんでみよう。

まとめ今日のじゅぎょうは、どうでしたか？（あてはまるところをぬろう）



とてもできた



できた



あまりできなかった



できなかった

【先生方へ】この資料は、学校体育指導資料第38集〈小学校編〉をもとに作成しました。千葉県教育振興部体育課のHPから指導案を見ることができますので、ご参照ください。