

孔舎衙小学校 体育の指導についての実施マニュアル

体育部

「スポーツ庁政策課学校体育室 学校の体育の授業におけるマスク着用の必要性について」より
(一部抜粋)

運動を行う際にマスクを着用する場合、十分な呼吸ができなくなるリスクや熱中症になるリスクが指摘されております。

このような運動時のマスク着用による身体へのリスクを考慮して、学校の体育の授業におけるマスクの着用は必要ありませんが、体育の授業における感染リスクを避けるためには、地域の感染状況を踏まえ、児童生徒の間隔を十分に確保するなど、下記の事項を十分に踏まえた対策を講じることが必要です。

なお、体育は実技を伴う教科であるため、特に児童生徒の健康と安全を第一に考えて、学習の内容や形態、授業の実施場所や時期等を総合的に考慮しながら、様々な感染リスクへの対策を講じることが必要となりますので、引き続き御配慮をお願いします。

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2 m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こと。また、児童生徒が教え合う場面では互いの距離を2 m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こと。併せて、体育の授業の前後に手洗いをするよう指導すること。
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するものではないこと。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こと。また、マスクの着用時には、例えば、呼吸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2 m以上確保して休憩するよう指導すること。
3. 当面の間、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こと。体育館など屋内で実施する必要がある場合は、呼吸が激しくなるような運動を行うことは避けること。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こと。
4. 毎朝の検温や健康観察により学習前の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。また、授業を見学する児童生徒については、マスクを着用させるとともに、児童生徒間の距離を1～2 m以上確保するよう指導すること。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2 m以上確保するよう指導すること。
5. 教師は、原則として体育の授業中もマスクを着用すること。ただし、自らの身体へのリスクがあると判断する場合や、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こと。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2 m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）を確保すること。

6. 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行うこと。

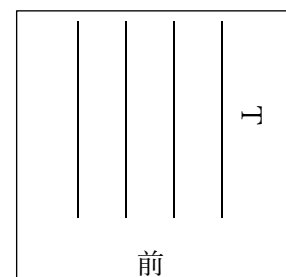
以上を要約すると…

- ① マスクを外しているときは児童の間隔2mを確保する。ランニングや教え合いの状況下でも同様に2mを意識する。(児童同士が手を広げて触れ合わない距離を目安とする。)
- ② マスク着用児童については、医療用や産業用は避け、家庭用を着用させる。着用時には激しい運動は控え、息苦しさなどがないか注意する。
- ③ 可能な限り屋外での授業を行い、屋内で行う場合は換気を十分に行う。
- ④ 見学児童もマスクを着用し、見学の間隔も2mあけて座らせる。見学場所も配慮し、日陰などを選択するようにする。
- ⑤ 教師は原則マスクを着用する。ただし、自らが見本などを行い運動をする場合はマスクを外すことは問題ない。ただし、マスクを外している間は児童との距離2mを意識する。
- ⑥ 児童が密集する運動については当面実施を見合わせ、年間指導計画の中で順序を入れ替えるなどの工夫を行う。

これらを守りながら、体育の授業でいったいどのようなことができるのか検討し大まかなアイデアを提案させていただきます。

屋外授業の流れ (モデル案)

- ① 更衣・マスクを外す・手洗いをして運動場へ
- ② 集合はさせず、基本的に体操隊形のまま指導を行う。(2mの確保)
前からの指導よりも横からの声掛けのほうが全体への支持が通りやすい。
- ③ 体操の後、その場でできる体ほぐしや体づくりの授業案 ※1
- ④ メインの活動



できそうなもの

陸上：50m走 ハードル走 走り幅跳び 立ち幅跳び

器械運動：鉄棒 なわとび 雲梯や上り棒

ボール運動：キャッチボール (ドッチボール・ソフトボール投げ) サッカーのパス交換

- ⑤ 整理体操・手洗い・うがいをして教室に戻る。

具体例 (学年に応じてアイデアは変更してってください)

走る：(感覚を十分に保ち) 普通、小股、大股、だんだん早く、腕を振らず、足を曲げず、等スタートの工夫、座って (前後)、後ろ向きから、うつ伏せ、仰向け、等

鉄棒：1つの鉄棒に1人でお願いします。

ボール：一定の距離を開けて、投げ方を変えて (利き手、反対、スローイン、下手 等)

受け方を変えて (何回か手をたたき、回転してから、背面 等)

ボールを変える (大きいボール、ラグビーボール、ソフトボール (絶対に直接取らない) 等)

方法を変えればいくらかでも刺激とわくわくを子どもたちに与えられると思います。他にも方法を知りたい場合は体育部まで。一緒に考えましょう。