

# 学校生活管理指導表 (中学・高校生用)

氏名 \_\_\_\_\_ 男・女 昭和 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日生 ( \_\_\_\_\_ 才) \_\_\_\_\_ 中学校 高等学校 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 組

医療機関 \_\_\_\_\_

①診断名(所見名)	②指導区分	③運動部活動	④次回受診
	要管理 : A・B・C・D・E 管理不要	( ) 部 可(但し、 )・禁	( )年( )か月後 または異常があるとき

医 師 \_\_\_\_\_ 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	体づくり運動	体ほぐしの運動 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
動	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
	種 目	球 技	バスケットボール	ランニングのないゆっくりな運動 パス、シュート、ドリブル、フェイント	(身体の強い接触を伴わないもの) ドリブルシュート、連携プレー (攻撃・防御)
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			グラウンドストローク、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 (グラウンドゴルフなど)	
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	水・雪・氷上遊び	スキー・スケートの歩行やゆっくりな滑走	通常の野外活動	
	登山、遠泳、水辺活動		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	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。			

## 学校生活管理指導表について

学校生活管理指導表では、教科体育に掲げられている全運動種目を取り上げ、その種目への取組方によって強度を分類しています。

この管理指導表は、小学校と中学校・高等学校では、運動種目の呼称等が大きく異なるため、小学生用と中・高校生用に分けて作成しています。

なお、旧管理指導表にあった医療区分は廃止し、学校生活の運動に関する指導区分のみとなっています。

### 指導区分について

- A：在宅医療・入院が必要
- B：登校はできるが運動は不可
- C：「同年齢の平均的児童生徒にとっての」軽い運動には参加可
- D：「同年齢の平均的児童生徒にとっての」中等度の運動も参加可
- E：「同年齢の平均的児童生徒にとっての」強い運動も参加可

注) 旧管理指導表でのAからEまでの区分とほとんど変化のないものと考えて下さい。なお、旧管理指導表では、AからE区分をさらに部活動などの可・禁によって分けておりましたが、可・禁による区分は廃止しております。

### 運動部（クラブ）活動について

運動部活動は、すべての運動部に制限なく参加できる場合には、運動種目や参加内容を規定せず、単に「可」と記載します。制限がある場合には、括弧内に、参加できる活動を記入します。

注) 運動部活動欄の記入にあたって

学校差、個人差が大きいことを考えると運動の種目のみによって参加の可否を決定できませんので、それぞれの児童生徒の学校の部活動の状態を確認をして記入して下さい。

また、運動部活動は選手としての参加のほかに、記録係や強い身体活動要求されない担当部署への参加もあることを考え、CやD区分の児童生徒にも参加の機会を与えて下さい。ただし、その場合には、参加形態が条件付きであることは当然です。

### その他の学校行事などについて

一覧表に例示されていない体力テストや学校行事も、右欄の運動強度の定義を参考に、同年齢の平均的児童生徒にとってその活動がどの運動強度に属する程度のものであるかを考慮して各指導区分の児童生徒の参加の可否を決定して下さい。

#### 運動強度の定義

##### (1) 軽い運動

同年齢の平均的児童生徒にとって、ほとんど息がはずまない程度の運動。球技では、原則として、フットワークを伴わないもの。等尺運動は軽い運動には含まれない。

##### (2) 中等度の運動

同年齢の平均的児童生徒にとって、少し息がはずむが、息苦しくはない程度の運動。パートナーがいれば、楽に会話ができる程度の運動であり、原則として、身体の強い接触を伴わないもの。等尺運動は「強い運動」ほどの力を込めて行わないもの。

##### (3) 強い運動

同年齢の平均的児童生徒にとって、息がはずみ息苦しさを感ずるほどの運動。等尺運動の場合は、動作時に歯を食いしばったり、大きな掛け声を伴ったり、動作中や動作後に顔面の紅潮、呼吸促迫を伴うほどの運動。

注) 備考欄等の取り扱い

この表の備考欄には、それぞれの疾患や地域の状況に応じて必要と考えられる欄を設けたりすることができます。