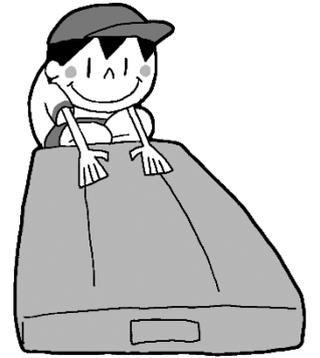


松仙小学校 体育の安全
～指導上の共通事項～

【器械運動系】

マット運動

- マットは4人で運ばせる。高学年は2人で運んでもよい。
- マット置き場に置く時には、壁から30cm程度離し、ラインの中に入れる。
- 帽子は必ず被らせ、上履きと靴下は履くように指導する。
- マットの下には必要に応じて、滑り止めマットを活用する。



跳び箱運動

- 跳び箱、踏み切り板は必ず2人以上で運ばせる。
- 跳び箱の1段目は、1段目だけ運ばせる。
- 跳び箱の下には必ず滑り止めマットを引くように指示する。
- 技が終わった人は、次の人に手を挙げて合図を送り、合図があるまで、次の人は技に取り組んではいけないことを指導する。
- 台上前転や平均台は、横にマットを置き、床に落下した場合の安全を確保する。
⇒指導始めは必ず置き、児童の実態に合わせて置かない場を設けてもよい。
- 回転系と切り返し系の技を練習する場合は、回転感覚による事故を防ぐため切り返し系の技を先に取り上げる。



鉄棒運動

- 技や児童の実態に応じて鉄棒の下にマットを敷く。
- 必要に応じて鉄棒補助器具を使う。

【陸上運動系】

かけっこ・リレー

- ・走り終わった児童がレーン内に入らないように、明確に指示を出す。
- ・測定する児童は、レーンから 1m 以上離れて立つ。

ハードル走

- ・ハードルは足の長い方を手前に置く。(逆からは跳ばない)
- ・児童の実態に応じて、ハードルの高さやハードル間の距離を調整する。



走り幅跳び

- ・砂を掘り返して場を柔らかくし、平らにならす。
- ・跳んだあとは、砂場からすぐに出て、外を回って戻る。
- ・測定したり、砂をならしたりする児童の立ち位置を明確に指示する。

走り高跳び

- ・児童は、バーから離れて待つ。
- ・跳んだあとは、中央を横切らず外を回る。
- ・しっかりと足で着地する。

【水泳】

- バディを活用し、人数確認を必ず行う。
- 入水の合図は笛を三回ふく。
- 水から出る際の合図は笛を三回ふく。
- プールの中心(排水溝付近)が深いので、身長など配慮する。
- プールサイドは走らないように徹底して指導する。

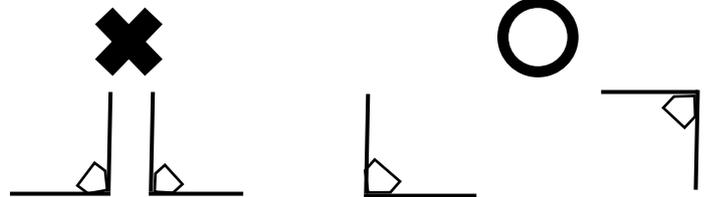


※詳しくは水泳指導案を確認。

【ボール運動系】

ネット型ゲーム

- ネットの準備や片付けの仕方について明確に指導をする。
- 児童の実態に合わせて、ネットの高さを調整する。
- 得点板は児童の動線を考慮して置く。



ベースボール型ゲーム

- 打った後、寝かせたカラーコーンや箱等にバットを入れる。
- 1 塁側にベンチエリアを作り、攻撃側はベンチエリアに待機する。
- コートを作るときは、ホームをくっつけない。(図を確認)

ゴール型ゲーム

- ゴールを使う際はゴールが動いたり倒れたりしないように、砂場に置いているおもりを使う。

※ボールの空気圧、素材、サイズを児童の実態に合わせて考慮する。