

学校生活管理指導表（中学・高校生用）

年 月 日

京都橘中学校

年 組 氏名

男・女

年 月

日生

診断名(所見名)	指導区分 要管理：A・B・C・D・E	運動部活動 可 ・ 禁	次回受診 ()年()ヶ月後 または異常があるとき	医療機関名
	管理不要	()部		医師名 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 動 領 域 等	体づくり運動	体ほくしの運動 体力を高める運動		仲間と交流するための手軽な運動、律動的な運動 基本の運動（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 高める運動、動き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		準備運動、簡単なマット運動、バランス運動、簡単な跳躍	簡単な技の練習、助走からの支持、ジャンプ・基本的な 技（回転系の技を含む）	演技、競技会、連続的な技			
	陸上競技	競走、跳躍、投てき		基本動作、立ち幅飛び、負荷の少ない投てき 軽いジャンピング（走ることは不可）	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			
	水 泳	クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、 バタフライ		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			
	球 技	ゴール型	バスケットボール		ランニングの強い運動を伴わないもの	フットワークの強い接触を伴わないもの	基本動作を生かした簡易ゲーム (ゲーム時間、コート広さ、用具の工夫などを取り入れた連携プレー、攻撃・防御)	簡易ゲーム・レース・ゲーム・応用練習・ 競技	試合・競技
			ハンドボール						
			サッカー						
		ネット型	ラグビー						
			バレーボール						
			卓球						
ベースボール型	テニス								
	バドミントン								
ゴルフ	ソフトボール 野球								
武道	柔道、剣道、相撲		礼儀作法、基本動作（受け身、素振り、さばき など）	基本動作を生かした簡単な技・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		基本動作（手振り、ステップ、表現 など）	基本動作を生かした動きの激しさを伴わないダンスなど	各種のダンス発表会 など				
野外活動	雪遊び、氷上遊び、スキー スケート、キャンプ、登山、遠泳、 水辺活動		水・雪・氷上遊び	スキー・スケートの歩行やゆっくりな滑走地歩きのハイキング、水に浸かり遊ぶ など	登山、遠泳、潜水、カヌー、ボート、サーフィン ウインドサーフィン など				
文化的活動		体力が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	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バンドなど				
学校行事、その他の活動		▼体育祭、運動会、競技大会、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、宿泊学校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。							

その他注意すること