

体育の授業の受け方について（新型コロナウイルス感染症対策）

緊急事態宣言が解除され、学校生活が再開しました。校内では集団行動を取ることが多くなります。今後も新型コロナウイルスの感染リスクはつきまといまいます。3密（密閉、密集、密接）にならないように工夫しながら、細心の注意を払って授業を受けていきましょう。また、気温が高くなってきています。熱中症にも十分注意をしましょう。

1. マスクの着用について

→活動中は着用してもよい。見学者はできるだけ着用すること。

医療用の高機能マスクを着けた子どもが亡くなった中国でのケースを踏まえ、体育の授業（屋外）では、必ずしも着用は必要ないと考えています。ただし、着けておきたい人や紛失のリスクも考え、各自の判断に委ねることとします。マスクの色・素材は問いません。

2. 水分補給について

→水分補給の時間を設けます。事故・怪我・熱中症予防をしましょう。

1時間に1回程度水分補給のための休憩時間を設けることとします。水筒にお茶または水を入れ、活動場所に持ってきてきましょう。水道の水を飲む場合は、直飲みをせず水筒に入れてから飲みましょう。久しぶりの運動です。事故・怪我・熱中症に気を付けて無理なく活動しましょう。

3. 帽子の着用について

→屋外での活動が多くなります。できるだけ帽子を準備して被りましょう。

熱中症対策として、水分・塩分補給、適度な休憩に加え、屋外での活動中は帽子を着用しましょう。部活動で使用している帽子、または定期販売で購入できる帽子（無地・白色）、華美でないスポーツ用のキャップを準備しましょう。（帽子は白色を基調としたものが望ましい）
※定期販売で購入する場合は、販売日に各自で購入してください。（1個 700円 税込み）

4. 授業の前後について

→更衣教室のドアは必ず施錠しましょう。外側の上の窓は開けておきましょう。

→授業後はすぐに石鹸を使って手洗いをし、うがいをしましょう。

電気とエアコンのスイッチを切り、ドアと窓は必ず閉めてから移動しましょう。空気の入替えのため、更衣教室の外側の上の小さい窓は開けておきましょう。また、授業が終わり教室に行く前に手洗いうがいを必ずしましょう。更衣中や手洗い場でもお互いの距離を保ちましょう。

5. 集合隊形・順番待ちについて

→体操の隊形の距離を基本とします。手を伸ばして前後左右の距離をとりましょう。

密集を回避するため、ソーシャル・ディスタンス（社会的距離）・フィジカルディスタンス（身体的距離）を保ちましょう。お互いの距離を2 m以上保ちながら活動しましょう。

6. 大声・握手・ハイタッチ等の禁止について

→うれしくても楽しくても、今はちょっと我慢しよう㊦

多くのスポーツでも感染症対策で、ハイタッチやグータッチなどの身体接触に加え、グラウンドにつばを吐く行為等が禁止されています。これまでは、いつも元気いっぱい声を出してランニングや体操をしていましたが、新型コロナウイルス感染症が収束して元の生活に戻るまで、体育の授業でもできる限り意識しましょう。お互い工夫しながら、楽しい授業をしていきましょう。

【スポーツ庁政策課学校体育室通知より】

通知では、運動の際にマスクを着用したままだと十分な呼吸ができなくなったり、熱中症になったりするリスクがあることを強調している。その上で、体育の授業における感染リスクを避けるためにできるポイントを紹介している。

○児童生徒間の距離を2m以上確保すること、不必要な会話や発声をしないように指導すること、体育の授業の前後の手洗いを指導することなど。

○軽度な運動や児童生徒がマスク着用を希望する場合、それ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ではなく、家庭用マスクを着用するよう指導。また着用時には、呼吸が激しくなるような運動を控えたり、呼吸が苦しい様子が見られたりする場合は必要に応じてマスクを外し、距離を確保して休憩することなど。

○授業は可能な限り屋外で実施すること、屋内で実施する場合は呼吸が激しくなるような運動を避けること。感染拡大防止のために換気や消毒液の使用などを実施することなど。

○毎朝の検温や健康観察で児童生徒の健康状態を把握し、体調が優れない場合は体育への参加は見合わせる。授業を見学する場合はマスクを着用させるとともに、児童生徒間の距離を1～2m以上確保するように指導することなど。

○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。マスクを外す際は不必要な会話や発声をせず、児童生徒との距離を2m以上確保することなど。

○児童生徒が密集する運動や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、地域の感染状況などを踏まえ、安全な実施が困難である場合は当面実施せず、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など。