

令和5年度高田東小学校 学校のやくそく(体育・休み時間編)

★体育の服装のルール

体育の服装のルール

体育の服装(の基本)と準備

- ①体育着:  
上(白いもの・汚れがわかりやすく汗を吸収しやすいもの)  
下(クォーターパンツなど)
- ②赤白帽: つばあり、ゴム付き
- ③体育着袋: 体育着やぬいだ服が入る大きさの袋

①と②の準備する物のうち、1つでも欠けると「体育の授業」は見学となります。

- ・上着は、クォーターパンツの中に入れ、赤白帽子をかぶります。
- ・帽子のゴムひもはあごにかけます。
- ・寒いときには白い長そでの体育着を着たり、体育着の上に体育用のトレーナーを着たりすることができます。また、クォーターパンツの代わりに長ズボンをはくこともできます。
- ・タイツをはいたまま学習しません。
- ・ヘアピン・ミサガなど、うで・首・足に何かをまきつけたり、アクセサリー類をつけたりしません。
- ・運動しやすいくつで学習します。長ぐつでは学習しません。
- ・見学をするときは家の人に連絡帳に書いてもらいます。
- ・更衣カーテンは先生が準備・片付けを行います。  
(子どもはさわりません!)

※トレーナーは安全のため、フードつき・前あき・かざりつきのものは着ません。また、コートやジャンパーを着たまま学習しません。  
※長ズボンは、運動しやすいジャージ素材のものをはきます。裾が閉まっていて、ファスナーやホックなどが付いていないものをはきます。

★体育の時間の準備・移動について

- ・体育館・体育倉庫のかぎは先生が持ち出し・返却をおこないます。  
(子どもだけでかぎの受け取り・返却はできません!!)
- ・移動: 2列に並んで「ろうか歩行のルール(学校のやくそく)」にそって静かに移動します。

★体育の学習中について

- ・体育で使うものは、先生の指示をよく聞き、「安全な使い方」を心がけます。
- ・用具の準備・片付けは、まわりに気を付けて先生の指示をよく聞き、「正しい運び方」をします。

注意①  
赤白帽ゴムの後ろにかけましょう。  
ゴムがのびたら早めになおしましょう!

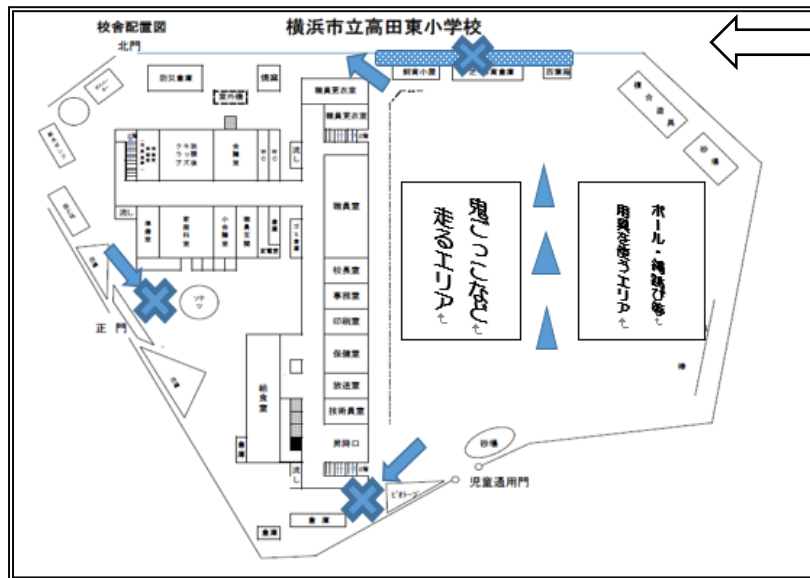
注意②  
髪が長い人は「ゴム」でたばねます!



注意③  
膝がしっかりと動かせるよう、靴下は膝下の長さの物が好ましいです。

# ルールを守って、みんなで楽しくあそびましょう

- 中休みの時間  
月・火・木・金 10:25~10:45 (休み時間:20分間)  
水 10:30~10:45 (休み時間:15分間)
- 昼休みの時間 (水曜日は昼休みはありません)  
13:05~13:20 (休み時間:15分間) → 掃除場所への移動も含まれます。



- ・校舎の裏や正門側、飼育小屋、体育倉庫の裏では遊びません。
- ・校舎の裏や正門側に行く時は先生の許可をもらいましょう。
- ・駐車場を通りません。
- ・遊具では上に登って走って遊んだり、危険な遊び方をしたりしません。
- ・休み時間に使うボールは、家から持ってきたボールや体育倉庫の体育ボールは使わず、クラスボールを使います。ボールをける遊びはしません。
- ・ボールは校舎内でついたり、投げたりしません。(ルールをやぶるクラスは使用禁止になります。)
- ・クラスボールの空気入れは担任の先生がします。
- ・外遊びから教室に戻る時は、遊びを止めて戻ります。ピオトープ前や校舎前のタイルのところは走らずに歩いて移動します。
- ・3校時開始時刻までに、手洗い・トイレをすませて教室に戻って着席します。

## ★雨の日など

- ・雨や養生期間に内遊びとなった場合は、学校のトランプ、ウノ、折り紙やお絵描き、本読みなどをして着席をして過ごします。
- ・用事のないときは、よそのクラスや空き教室に入りません。
- ・休み時間にオルガン・CD・パソコンなどを使うときは、学習に関係がある時だけにして、先生の許可をもらって使います。
- ・黒板を使って遊びません。(落書きなどをしません)

## ★放課後のきまり ~学校のルール・交通ルール・地域のルールを守り、安全に生活しましょう。

### ①放課後の校庭使用ルール「使用時間を守って遊びます!」

#### 【放課後遊ぶことができる時間】

4月~9月:4時30分まで 10月~12月:4時まで 1月~3月:4時15分まで

- ・学校のボールやミニサッカーゴール、固いボールやバットは使えません。
- ・校庭に自転車を乗り入れることはできません。学校に入ったら、自転車は押して移動し、ピオトープ前タイルのところにとめます。
- ・飲食物を持って遊びにきません。

### ②放課後のルール

- ・学校には忘れ物を取りにきません。「どうしても」という理由がある時は「事前に学校に連絡を入れ、お家の人と一緒に職員室の先生にことわって教室へ行きます。帰る時にも必ず先生にあいさつをします。