

学校生活管理指導表（幼稚園用）

氏名 _____ 男・女 _____ 年 _____ 月 _____ 日生（ _____ 才） _____ 幼稚園・保育園・こども園 _____ 組 _____ 年 _____ 月 _____ 日

①診断名（所見名）	②指導区分 要管理：A・B・C・D・E	③延長保育 可（ただし、 _____ ）・禁 _____	④次回受診 （ _____ ）年（ _____ ）ヵ月後 または異常があるとき
	管理不要		

医療機関 _____

【指導区分：A…在宅医療・入院が必要 B…登園はできるが運動は不可 C…軽い運動は可 D…中等度の運動まで可 E…強い運動も可】注：本表は保育園・こども園でも使用可能である

医 師 _____ 印または自署

運動強度	軽い運動（C・D・Eは“可”） 同年齢の平均的園児にとって、ほとんど息がはずまない程度の運動	中等度の運動（D・Eは“可”） 同年齢の平均的園児にとって、少し息がはずむが息苦しくない程度の運動。パートナーがいれば楽に会話ができる程度の運動	強い運動（Eのみ“可”） 同年齢の平均的園児にとって、息がはずみ息苦しさを感ずる程度の運動
体育活動			
体ほぐしの運動遊び（伝承遊び、集団での運動遊びを含む）多様な動きをつくる運動遊び	<ul style="list-style-type: none"> 体のバランスをとる運動遊び（寝転ぶ、起きる、座る、立つなどの動きで構成される遊びなど） 新聞紙を使った簡単な遊び 律動（後ろ蹴り、カニ歩きなど） 	<ul style="list-style-type: none"> トランポリン ボール、フープ、竹馬、大型積み木、三輪車、スクーター、玉入れ 	<ul style="list-style-type: none"> なわとび、長なわ 綱引き 帽子取り しっぽ取り
走の運動遊び 跳の運動遊び	<ul style="list-style-type: none"> 自分のペースで歩く 	<ul style="list-style-type: none"> 幅跳び遊び、ケンパー跳び遊び、ゴム跳び遊び 片足ケンケン、足じゃんけん、かくれんぼ フルーツバスケット 	<ul style="list-style-type: none"> 全力でのかけっこ、折り返しリレー遊び マラソン、ジョギング 低い障害物を用いてのリレー遊び 全力での鬼遊びなど（高鬼、氷鬼）、だるまさんが転んだ
ボールゲーム	<ul style="list-style-type: none"> その場でボールを投げたり、ついたり、捕ったりしながら行う的当て遊び 	<ul style="list-style-type: none"> 転がしドッジボール 	<ul style="list-style-type: none"> ボールゲーム（サッカーなど）
固定施設を使った運動遊び マット、跳び箱、鉄棒を使った運動遊び	<ul style="list-style-type: none"> マットの上を歩く、転がる、寝転ぶなどの基本的な動作 	<ul style="list-style-type: none"> 遊具遊び（雲梯、肋木、ブランコ、トンネル、巧技台、登り棒、ジャングルジム、太鼓橋、滑り台、ネット登り） 	<ul style="list-style-type: none"> 鉄棒、跳び箱を使った運動遊び
水遊び	<ul style="list-style-type: none"> 水に入らない簡単な水遊び（シャワー、水かけっこ、水を使ったおままごとなど） 	<ul style="list-style-type: none"> 水につかっのまねっこ遊び・みずかけっこ（アヒル歩き、ワニ歩き、電車ごっこなど） 	<ul style="list-style-type: none"> もぐる、浮く運動遊び（水中じゃんけん、にらめっこ、石拾い、輪くぐり、クラゲ浮き、伏し浮き、大の字浮き、フープくぐり） 水につかっの鬼遊び
表現リズム遊び	<ul style="list-style-type: none"> まねっこ遊び（鳥、昆虫、恐竜、動物など） リズム遊び（手拍子、足踏みなど） 	<ul style="list-style-type: none"> まねっこ遊び（飛行機、遊園地の乗り物など） 	<ul style="list-style-type: none"> リズム遊び（弾む、回る、ねじる、スキップなど）
雪遊び、氷上遊び、スキー、スケート、水辺の遊び	雪遊び、氷上遊び	スキー、スケートの歩行、水辺での遊び、そり遊びなど	スキー、スケートの滑走など、雪合戦など
学校行事、その他の活動	<ul style="list-style-type: none"> ▼運動会などは上記の運動強度に準ずる。 ▼指導区分“E”以外の児童の園外保育、近隣散策、お泊り保育などの参加について不明な場合は園医・主治医と相談する。 ▼陸上運動系の距離については園医・主治医と相談する。 		

その他注意すること

※本表の対象年齢はおおむね3歳以上の幼児を想定しています。

また運動・遊びはあくまでも例示であり、実際に活用する際には幼児の年齢や発達、日常の活動の実態に応じて内容を取捨選択するなど検討してください。

学校生活管理指導表(小学生用)

氏名 _____ 男・女 _____ 年 _____ 月 _____ 日生 (_____ 才) _____ 小学校 _____ 年 _____ 組 _____ 年 _____ 月 _____ 日

①診断名(所見名)	②指導区分 要管理: A・B・C・D・E	③運動クラブ活動 (_____)クラブ 可(ただし、 _____)・禁	④次回受診 (_____)年(_____)ヵ月後 または異常があるとき
	管理不要		

医療機関 _____

【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…中等度の運動まで可 E…強い運動も可】

医 師 _____ (印)

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	体ほぐしの運動遊び 多様な動きをつくる運動遊び	1・2年生	体のバランスをとる運動遊び (寝転ぶ、起きる、座る、立つなどの動きで構成される遊びなど)	用具を操作する運動遊び (用具を持つ、降ろす、回す、転がす、くぐるなどの動きで構成される遊びなど)	体を移動する運動遊び(這う、走る、跳ぶ、はねるなどの動きで構成される遊び) 力試しの運動遊び(人を押す、引く、運ぶ、支える、力比べで構成される遊び)
		体ほぐしの運動 多様な動きをつくる運動	3・4年生	体のバランスをとる運動 (寝転ぶ、起きる、座る、立つ、ケンケンなどの動きで構成される運動など)	用具を操作する運動 (用具をつかむ、持つ、回す、降ろす、なわなどの動きで構成される運動など)	体を移動する運動(這う、走る、跳ぶ、はねるなどの動きで構成される運動) 力試しの運動(人を押す、引く動きや力比べをする動きで構成される運動) 基本的な動きを組み合わせた運動
		体ほぐしの運動 体力を高める運動	5・6年生	体の柔らかさを高める運動(ストレッチを含む)、軽いウォーキング	巧みな動きを高めるための運動 (リズムに合わせての運動、ボール・輪・棒を使った運動)	動きを持続する能力を高める運動(短なわ、長なわ 跳び、持久走)、力強い動きを高める運動
動	陸上運動系	走・跳の運動遊び	1・2年生	いろいろな歩き方、ゴム跳び遊び	ケンパー跳び遊び	全力でのかけっこ、折り返しリレー遊び 低い障害物を用いてのリレー遊び
		走・跳の運動	3・4年生	ウォーキング、軽い立ち幅跳び	ゆっくりとしたジョギング、軽いジャンプ動作(幅跳び・高跳び)	全力でのかけっこ、周回リレー、小型ハードル走 短い助走での幅跳び及び高跳び
		陸上運動	5・6年生			全力での短距離走、ハードル走 助走をした走り幅跳び、助走をした走り高跳び
領	ボール運動系	ゲーム、ボールゲーム・ 鬼遊び(低学年)	1・2年生	その場でボールを投げたり、ついたり、捕ったりしながら行う的当て遊び	ボールを蹴ったり止めたりして行う的当て遊びや蹴り合い 陣地を取り合うなどの簡単な鬼遊び	ゲーム(試合)形式
		ゴール型・ネット型・ベース ボール型ゲーム(中学年)	3・4年生	基本的な操作	簡易ゲーム	
		ボール運動	5・6年生	(パス、キャッチ、キック、ドリブル、シュート、バッティングなど)	(場の工夫、用具の工夫、ルールの工夫を加え、基本的操作を踏まえたゲーム)	
域	器械運動系	器械・器具を使っの運動遊び	1・2年生	ジャングルジムを使った運動遊び	雲梯、ろく木を使った運動遊び	マット、鉄棒、跳び箱を使った運動遊び
		器械運動	3・4年生	基本的な動作	基本的な技	連続技や組合せの技
		マット、跳び箱、鉄棒	5・6年生	マット(前転、後転、壁倒立、ブリッジなどの部分的な動作) 跳び箱(開脚跳びなどの部分的な動作) 鉄棒(前回り下りなどの部分的な動作)	マット(前転、後転、開脚前転・後転、壁倒立、補助倒立など) 跳び箱(短い助走での開脚跳び、抱え込み跳び、台上前転など) 鉄棒(補助逆上がり、転向前下り、前方支持回転、後方支持回転など)	
等	水泳系	水遊び	1・2年生	水に慣れる遊び (水かけっこ、水につかっの電車ごっこなど)	浮く・もぐるなどの運動遊び (壁につかまっの伏し浮き、水中でのジャンケン・にらめっこなど)	水につかっのリレー遊び、バブリング・ポビングなど
		水泳運動	3・4年生	浮く運動(伏し浮き、背浮き、くらげ浮きなど)	浮く動作(け伸びなど)	補助具を使ったクロール、平泳ぎのストロークなど
			5・6年生	泳ぐ動作(ばた足、かえる足など)	泳ぐ動作(連続したポビングなど)	クロール、平泳ぎ
表	現運動系	表現リズム遊び	1・2年生	まねっこ遊び(鳥、昆虫、恐竜、動物など)	まねっこ遊び(飛行機、遊園地の乗り物など)	リズム遊び(弾む、回る、ねじる、スキップなど)
		表現運動	3・4年生	その場での即興表現	軽いリズムダンス、フォークダンス、日本の民謡の簡単なステップ	変化のある動きをつなげた表現(ロック、サンバなど)
		5・6年生	強い動きのある日本の民謡			
雪遊び、氷上遊び、スキー、スケート、水辺活動			雪遊び、氷上遊び	スキー・スケートの歩行、水辺活動	スキー・スケートの滑走など	
文化的活動			体力の必要な長時間の活動を除く文化活動	右の強い活動を除くほとんどの文化活動	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			▼運動会、体育祭、球技大会、新体力テストなどは上記の運動強度に準ずる。 ▼指導区分“E”以外の児童の遠足、宿泊学習、修学旅行、林間学校、臨海学校などの参加について不明な場合は学校医・主治医と相談する。 ▼陸上運動系・水泳系の距離(学習指導要領参照)については、学校医・主治医と相談する。			

その他注意すること

《軽い運動》同年齢の平均的児童にとって、ほとんど息がはずまない程度の運動。
 定義 《中等度の運動》同年齢の平均的児童にとって、少し息がはずむが息苦しくない程度の運動。パートナーがいれば楽に会話ができる程度の運動。
 《強い運動》同年齢の平均的児童にとって、息がはずみ息苦しさを感ずるほどの運動。心疾患では等尺運動の場合は、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。
 *新体力テストで行われるシャトルラン・持久走は強い運動に属することがある。

学校生活管理指導表(中学・高校生用)

氏名 _____ 男・女 _____ 年 _____ 月 _____ 日生 (_____ 才) _____
 中学校 _____ 年 _____ 組 _____
 高等学校 _____ 年 _____ 組 _____ 年 _____ 月 _____ 日

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

医療機関 _____

【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…中等度の運動まで可 E…強い運動も可】

医 師 _____ ⑧

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	*体づくり運動	体ほぐしの運動 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)	体の柔らかさおよ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、跳び箱、鉄棒、平均台)	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、発展的な技	
	陸上競技	(競走、跳躍、投てき)	基本動作、立ち幅跳び、負担の少ない投てき、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、遠泳(長く泳ぐ)、タイムレース、スタート・ターン	
領 域	球 技	ゴール型	バスケットボール	ランニングの強い接触を伴わないもの フットワークを伴う運動	基本動作を生かした簡易ゲーム(ゲーム時間、コート of 広さ、用具の工夫などを取り入れた連携プレー、攻撃・防御)	タイムレース・ゲーム・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	基本動作(パス、サービス、レシーブ、トス、フェイント、ストローク、ショットなど)				
	ソフトボール	基本動作(投球、捕球、打撃など)				
ゴルフ	野球	基本動作(軽いスイングなど)	クラブで球を打つ練習			
等	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(手ぶり、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、平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、ウィンドサーフィンなど	
	文 化 的 活 動	体力の必要な長時間の活動を除く文化活動	右の強い活動を除くほとんどの文化活動		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		▼運動会、体育祭、球技大会、新体力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、宿泊学習、修学旅行、林間学校、臨海学校など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

定義 《軽い運動》 同年齢の平均的生徒にとって、ほとんど息がはずまない程度の運動。
 《中等度の運動》 同年齢の平均的生徒にとって、少し息がはずむが息苦しくない程度の運動。パートナーがいれば楽に会話ができる程度の運動。
 《強い運動》 同年齢の平均的生徒にとって、息がはずみ息苦しさを感ずるほどの運動。心疾患では等尺運動の場合は、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、呼吸促進を伴うほどの運動。
 *新体力テストで行われるシャトルラン・持久走は強い運動に属することがある。