

運動別による活動等の留意点 八ヶ岳少年自然の家

運動名	運動の特性に応じた留意事項	共通の留意事項
バスケットボール	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間との身体接触を伴う練習は避けること ・対人で向き合っの行う練習は避けること 	<p>【活動前】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・指導者は、生徒の健康観察等を行うとともに、体調の優れない生徒は参加させないこと ・更衣室は、時間差で使用するなど、狭い空間での接触は避けること
ハンドボール		
バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> ・ネットの準備や片付けの際は、最小限の人数で話をしないで行うこと 	<p>【活動中】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・指導者は、生徒から距離を取って指導するとともに、簡潔な指示となるよう工夫すること ・長時間の活動は避けること ・準備運動や整理運動はペア等で行わず、一人で行うこと ・集団でのランニング等は避けること ・大きな掛け声などの活動とは避けること ・練習中、順番を待つ場合は互いに距離をしっかりと取ること ・活動場所が狭く、順番待ち等で密集した状態が起る場合は、時間をずらして一度に活動する人数を減らすなどの工夫をすること ・複数人が使用する器具等については、定期的に消毒する ・水分補給用のボトルなどは個人で用意し、回し飲みはしないこと ・活動場所は双方向の窓を開けた状態で活動すること
バドミントン	<ul style="list-style-type: none"> ・ネットや台の準備など片付けの際は、最小限の人数で話をしないで行うこと ・ダブルスの練習は避けること 	
卓球	<ul style="list-style-type: none"> ・補助を必要とする練習は避けること 	<p>【活動後】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・互いに接近したミーティング等は避けること ・ボールなどの使用後の定期的な手洗いを徹底すること <p>【その他】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水飲み場の衛生管理を保つこと
体操、新体操	<ul style="list-style-type: none"> ・対人で密着した状態で行う練習は避けること ・一人で行う練習方法を工夫すること 	
剣道、なぎなた	<ul style="list-style-type: none"> ・一人で行う練習方法を工夫すること <p>※当該種目に必要な体力を高める運動、素振り等の攻防に必要な動きを高める運動、ゴムチューブやダミー人形などを用いた打ち込み練習等、礼法の練習、ICT機器を活用した技術理解を深める練習など</p>	
空手		

※上記の運動名に記載のない活動の実施については、自然の家の職員と協議し、それぞれの運動の特性に応じた留意事項等を定めてから実施すること。