

体育のきまり

令和7年度

体育の時間の服そののきまりの確認です。きまりを守って、安全に楽しく運動しましょう。

体操服について

《肌着について》…着てもよいです。

- ・体操服を着たときに見えないもの（半袖）にしましょう。
- ・衛生面を考えて、授業で着た肌着は着替えるようにしましょう。
- ・タイツをはいてくる場合は、体育の時にタイツを脱いで靴下に履き替えましょう。

★肌着は体育用のものを用意してください。

《赤白帽》…必ずゴムをつけましょう。

- ・ゴムは顔に沿うくらいの長さにしましょう。

《体育用の上着》…着てもよいです。

- ・安全面を考えて、フードが付いていないものにしましょう。
- ・スウェット、ウインドブレーカーのように運動に適した服装にしましょう。

《オーバーパンツ》…履いてもよいです。

- ・運動に適したものにしましょう。
- ・主運動に入る際には、脱いだほうがよいです。

★体育用の上着やオーバーパンツは体育用のものを用意してください。

- 髪の毛が長い場合は、ゴムなどで髪を結びましょう。
- 靴下は、ひざ下までの長さにしましょう。
- つめは切っておきましょう。
- 体育館に入る時は、必ず体育館シューズをはきましょう。
- 体育館シューズには、「体」と書きましょう。
- 体操服には必ず「学年・組・名前」を書きましょう（左胸）。
- 外体の時には、運動に適したくつをはきましょう。

※体操服、赤白帽や体育で使う道具（なわとびなど）は、貸し借りしません。

※体操服、赤白帽、体育館シューズを忘れた場合は見学になります。

マスクについて

- 体育時は、マスクを外して活動をします。
- ・マスクを着用する場合は見学になります。
- （見学する場合は連絡帳に書いてもらうようにしましょう。）

