

プール使用のきまり (28年度)

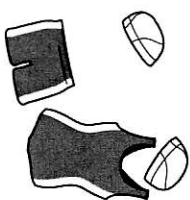
1 服装について

- 水泳にあつたものとする。
- 帽子の色は、1年 オレンジ, 2年 白, 3年 青, 4年 黄, 5年 赤, 6年 緑, 持ち物には、必ず名前をかきましょう。
- ゴーグルは使ってもいいです。

(ゴーグルをしなくても、水遊び、水泳ができるようにしましょう。)

2 プールへの行き帰り

- 交通のルールを守りましょう。
- 右側を1列で歩く。
- 道路や踏み切りの横断に気をつける。



3 泳ぐ前は・・・

- プールに入ることができないとき
- 体の調子が悪いとき (発熱・腹痛・かぜなど)
- けがをしているとき (カットパンをはったままでは、入れません。)
- みんなが使ったプールです。きれいに使しましょう。
- みんなが使ったプールです。きれいに使しましょう。
- 耳あかや手足のつめをきれいにしておきましょう。
- 清潔な水着を着ましょう。
- お風呂に入ってから、体や髪をきれいにしましょう。
- 良い髪は、ゴムで結び、帽子に全部入れましょう。(ピンは危ないよ。)
- シャワーで、体全体を洗いましょう。

4 泳ぐときは・・・

- 教室内では、ぬいだものは、きちんとたんでそろえましょう。
- 準備運動は、しっかりとしましょう。プールサイドは、絶対に走りません。
- 泳ぐときは・・・
- 水慣れを十分にししましょう。

- オーバーフローに腰をおろし、心臓に遠いところから水をかける。
- 入水は、足から静かにする。

- 先生の話をきちんと聞きましょう。
- 安全に気をつけて学習しよう。

- おぼれるまねをしたり、人をおしたりしません。

- 気持ちが悪くなったら、先生に知らせ、休みましょう。

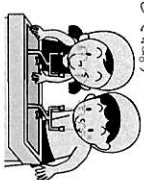
- おぼれた人などを見つけたら、大声で知らせてください。

- 鼻水、たん、つばは、オーバーフローに流す。

- 用便の後には、シャワーをあびて体をきれいにしてから、プールに入りましょう。

5 泳いだ後は・・・

- 使ったものは、もとの場所にしましましょう。(ビート板は、かわかしてね。)
- シャワーで体を洗いましょう。
- 目あらい、うがいをしつかりしましょう。
- 体の水気をよくふき、忘れ物がないかたしかめましょう。
- すばやく着替えをしましょう。
- 気分が悪いときは、がまんをしないで、すぐに先生に知らせましょう。



めあてをもって、楽しくプールを使いましょう。

ぼく の めあて わたし