



# 堺ラグビースクール セルフチェックシートについて

## <目的>

練習(試合)時の安全を最優先するために、指導者が生徒の体調を把握する事を目的とします。

## <活用方法>

その日の生徒の体調を確認し、練習(試合)への参加の可否を検討する資料とします。

また、練習の途中中止の検討も行います。

## <練習、試合に参加できない場合>

①体温が、37.5℃以上の場合。

ただし、平熱が高い生徒の場合は保護者と協議の上参加の可否を決定します。

②朝食を食べていない場合。

バランスの良い食事に気を付け、夏季は塩分にも注意してください。

③体調が悪く、運動できない状態の場合。

無理せず休むことも大切です。

④その他指導者が、運動できない状態であると判断した場合。

⑤セルフチェックシートを提出していない場合。

## <運用方法>

①ご家庭で、セルフチェックシートに記載していただき、内容に間違いがなければ

**保護者**が確認しチェックして下さい。

②練習が始まる前に、指導者へ提出して下さい。

③練習終了までに、指導者がチェックし、返却します。