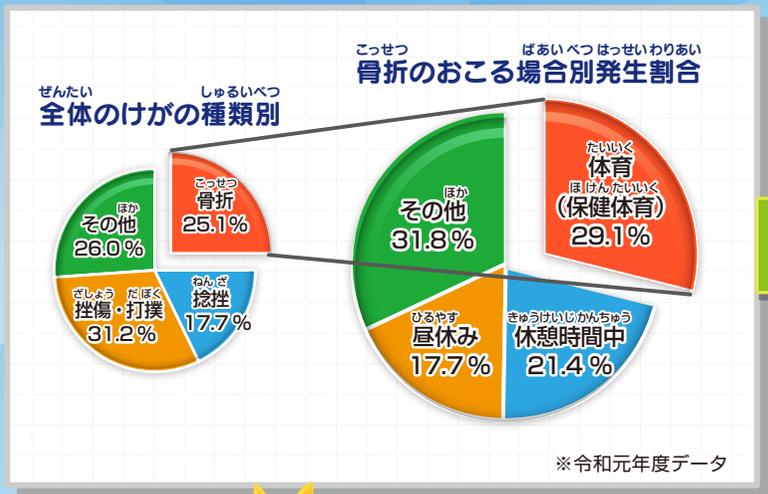


たいいく じゅぎょうちゅう こっせつ じ こ ふせ 体育の授業中の骨折事故を防ごう！

小学校向け

たいいく じゅぎょうちゅう こっせつ じ こ おお
 体育の授業中に骨折事故の多いスポーツ3つは・・・



しょうがっこう 小学校ではとびばこについて、2番目にBasketボール、3番目にドッジボールが多いよ！
 また、て、手の指が骨折しやすく小指に近いほど骨折が多いよ。



※図表の骨折件数は平成30年度の1年間に給付したおおよその件数です。
 参考：スポーツ庁委託事業 スポーツ事故防止対策推進事業「体育活動中における骨折事故の傾向及び事故防止対策」調査研究報告書
 学校の管理下の災害 [令和2年版]

たいいく じゅぎょうちゅう こっせつ じ こ げん いん ふせ かつ 体育の授業中の骨折事故の原因と防ぎ方

こっせつ げんいん 骨折のおもな原因

- ボールをキャッチする。
- とびばこで手をつく。
- 友だちや壁とぶつかる。
- 高いところから飛び降りたときや、とびばこ運動のときに転ぶ。
- ボールを扱いながら友だちをよける等、2つの動きを同時に行う。



ふせ かつ 防ぎ方

こっせつ ふせ
 ではどうすれば骨折を防げるかな？

とびばこ

- しっかりと手をつく、体を支える。
- 自分に合った高さを選ぶ。



バスケットボール

- なるべく両手でボールを受ける。
- 危険なプレーをしない。
- 周囲の壁などにぶつからないようにする。
- 他の人と衝突しないようプレーする人数を調整する。



ドッジボール

- ボールの受け方を練習する。
- 準備運動でゆるいボールから始める。
- 両手でボールを受け戻す。
- 転んだ時にしっかり手をつく。



参考：スポーツ庁委託事業 スポーツ事故防止対策推進事業 「体育活動中における骨折事故の傾向及び事故防止対策」調査研究報告書