

(別紙)

運動部活動に関するチェックリスト【柔道】



※下記URLをクリックもしくは右のQRコードを読み取り、フォームよりご回答ください。

https://docs.google.com/forms/d/1hy7wC71NbMiLdwbglmrt_C_dMnLC6piIPmz-oYQSk/edit

地区名		学校名		記載責任者	
-----	--	-----	--	-------	--

NO		項目	チェック
1	安全管理	全日本柔道連盟が示している「柔道の安全指導2020年第5版」に基づいて指導しているか	<input type="checkbox"/>
2		原則として、活動中は全日本柔道連盟公認指導者がその場に立ち会っているか	<input type="checkbox"/>

NO		項目	チェック
1	施設・用具	衝撃吸収装置(スプリングなど)や衝撃吸収マットなどの上に畳が設置されているか	<input type="checkbox"/>
2		畳の劣化・破損がないか	<input type="checkbox"/>
3		畳の隙間・段差はないか	<input type="checkbox"/>
4		畳が滑らないように固定されているか	<input type="checkbox"/>
5		周囲に危険なもの(トレーニング器具や脱いだ衣服など)はないか	<input type="checkbox"/>
6		ケガの原因となる突起物はないか ※釘などの突起物	<input type="checkbox"/>
7		柱や角にクッションカバーなどといった防護策がとられているか	<input type="checkbox"/>
8		畳や床が滑りやすくなっていないか、清潔に保たれているか(感染症予防)	<input type="checkbox"/>
9		柔道着は規定にあったものを着用しているか	<input type="checkbox"/>
10		柔道着に穴があいていたり、ほつれたりしていないか	<input type="checkbox"/>

NO		項目	チェック
1		事故が起きた際の緊急対応マニュアルや緊急連絡網などの体制が整っているか	<input type="checkbox"/>
2		活動前に競技者の健康状態を確認し、活動中も体調の変化に気を配っているか	<input type="checkbox"/>
3		気温・湿度・WBGT・熱中症アラートの確認や水分補給を適切に実施し、熱中症予防に努めているか	<input type="checkbox"/>
4		年齢や技能、体力に応じた計画を立てて、活動しているか	<input type="checkbox"/>
5		技能レベルに応じた受け身を習得しているか	<input type="checkbox"/>
6		高い位置からの投げ込みや乱取りは稽古を始めて3か月以上経過してから実施しているか	<input type="checkbox"/>
7		大外刈りの高い位置からの投げ込みは稽古を始めて5か月以上経過してから実施しているか	<input type="checkbox"/>
8		試合は稽古を始めて6か月以上経過してから参加しているか	<input type="checkbox"/>
9		初心者の受け身練習について低い姿勢から徐々に高い姿勢で受け身をとれるようにしているか	<input type="checkbox"/>
10		投げられまいとして、手や肘をついたり、ブリッジで防御したりしていないか	<input type="checkbox"/>
11		体格に大きな差がある競技者が乱取りや投げ込みを行う際に安全に配慮しているか	<input type="checkbox"/>
12		相手を投げる際に「引手」を離さずに相手が受け身を取りやすいように引き上げる指導を行っているか	<input type="checkbox"/>
13		無理な姿勢から強引に技をかけないように指導しているか	<input type="checkbox"/>
14		頸部を抱え込んでの技や危険な巻き込み技をかけないように指導しているか	<input type="checkbox"/>
15		寝技の際に、頸部や脊椎を損傷するような攻防がなされていないか	<input type="checkbox"/>
16		締め技や関節技をかけないように指導しているか	<input type="checkbox"/>