



## ゼネラルオリエンテーション

公益財団法人  
スペシャルオリンピックス日本

2021年6月発行

本テキストの無断複製・複写・改訂を禁じます



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

1

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



- ゼネラルオリエンテーション
- アスリート理解
- 競技(座学・実技)

コーチクリニックを受講し、各地区組織が提供する当該スポーツのプログラムに10時間以上参加し、各地区組織に希望申請をすれば、スペシャルオリンピックス日本認定コーチになることができます。

【スペシャルオリンピックスのコーチクリニックは、コーチが資格を取ることのみを目的としているではありません。資格を目指し、獲得し、さらにレベルアップしていくことによって、アスリートにとってより良いプログラムが提供できるものと信じています。】

(SO国際本部コーチ研修制度より抜粋)



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

2

2

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



- スペシャルオリンピックスの使命、理念
- スペシャルオリンピックスの歴史、特徴
- トレーニングと競技会
- スポーツ以外の活動



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

3

3

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Special Olympics Nippon スペシャルオリンピックスの使命



年間を通じたさまざまなオリンピック形式のスポーツのトレーニングと競技会を、知的障害のある人たちに提供します。

体力の向上、勇気を表現すること、楽しみを経験するために、継続的な機会を提供します。

参加を通じて、技術の習得や友情を、家族、地域の人々や他のアスリートといっしょに分ち合うことが出来るのです。

活動に参加する知的障害のある人を **アスリート**と呼んでいます。

Special Olympics Nippon 公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

4

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Special Olympics Nippon スペシャルオリンピックスの理念

**目標と結果**

- 体力の向上
- スポーツ技術の向上
- 勇気と楽しみ
- 友情・交流（家族、アスリート、地域）
- 社会性の発達

**個人**

- 知的障害のある人
- オリンピック形式のスポーツ
- 継続的なトレーニングと競技会

**一貫したトレーニング**

**適切な指導と励まし**

**個人の成長  
家族の絆  
社会への参加  
(尊敬、受け入れ)**

**同程度の競技能力の  
アスリートとの競い合い**

Special Olympics Nippon 公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

5

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Special Olympics Nippon スペシャルオリンピックスの歴史

**創設者 ユニス・ケネディ・シュライバー**  
姉 ローズマリー(知的障害)

- 1962年 自宅の庭でのデイキャンプ(アメリカ)
- 1968年 第1回スペシャルオリンピックス世界大会
- 1980年代 日本で「スペシャルオリンピックス」の活動
- 1994年 スペシャルオリンピックス日本 設立
- 2005年 スペシャルオリンピックス冬季世界大会・長野



現在、世界200の国と地域でSOの活動が行われています。  
国内47都道府県、アスリート8,605人、コーチ5,463人が活動しています。  
(2019年12月現在)

Special Olympics Nippon 公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

6

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Special Olympics Nippon **スペシャルオリンピックスの特徴**

国際オリンピック委員会(IOC)と同じ組織ではありませんが、「オリンピック」の名称使用を認められている組織です。

Special Olympic **"S"** の意味

日常的なトレーニングから世界大会にいたるまで、いつでも、世界中のどこかで、この活動が行われているからです。大会の名前ではなく継続した活動を表す名前です。

Special Olympics Nippon 公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

7

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Special Olympics Nippon **スペシャルオリンピックスの参加者**

一人ひとりが、大切な参加者です



コーチ



アスリート



ファミリー



パートナー



ボランティア

事務局、財務、広報、審判、医療安全、運営補助など

8

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Special Olympics Nippon **スペシャルオリンピックスのアスリート**



対象

- 知的障害のある人  
(知的障害と他の障害のある人も可)
- 競技能力を問わない
- 性別、人種、宗教、政治的思想等の理由で参加を妨げない



年齢により参加できるプログラムが異なります。

2~7歳	ヤングアスリートプログラム
6歳~	トレーニング
8歳~	トレーニングと競技会

Special Olympics Nippon 公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

9

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Special Olympics Nippon** **スペシャルオリンピックスのコーチ**

**準備**  
 トレーニングの計画  
 会場・用具の準備

**コーチング**  
 手本を見せる  
 技術的な指導  
 観察とアドバイス



**評価**  
 成長をたたえる  
 計画をふりかえる

**有意義な体験の保障**

**安全**  
 事故を防ぐ  
 大会の引率  
 アスリート・ケア

**コミュニケーション**  
 相談相手になる  
 意欲を引き出す  
 交流を促す

Special Olympics Nippon 公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

10

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Special Olympics Nippon** **スペシャルオリンピックスの競技**

● **夏季競技**  
 陸上競技、バドミントン、バスケットボール、**ボッチ(SOボッチャ)**、ボウリング、  
 競技テア(SOテア)、自転車、馬術、サッカー、ゴルフ、体操競技、柔道、ソフトボール、  
 競泳、卓球、テニス、バレーボール  
 [上記以外で世界での実施されている競技]  
 クリケット、ダンススポーツ、フラッグフットボール、新体操、ハンドボール、カヤック、  
 ネットボール、パワーリフティング、ローラースケート、セーリング、  
 オープンウォータースイミング、トライアスロン、ビーチバレーボール

● **冬季競技**  
 アルペンスキー、クロスカントリースキー、フィギュアスケート、フロアボール  
**フロアホッケー**、ショートトラックスピードスケート、スノーボード、**スノーシューイング**

※フライングディスク(国内のみ)

Special Olympics Nippon 公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本 SO独自の競技

11

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Special Olympics Nippon** **スペシャルオリンピックスの競技**

**種目やルールを追加し、幅広い競技能力で参加可能**

**陸上競技における種目の幅(例)**

歩行関連	投てき関連
・ 10m <b>アシスタント付き歩行</b>	・ <b>ソフトボール投</b>
・ 800m 競歩	・ 砲丸投
走行関連	ジャンプ関連
・ <b>25m</b>	・ <b>立幅跳</b>
・ 4x100mリレー	・ 走高跳
・ マラソン	混成競技
・ ハードル競走	・ <b>五種競技</b>
・ <b>10m車椅子競走</b>	(100m/走幅跳/砲丸投/走高跳/800m)

Special Olympics Nippon 公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

12

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Special Olympics Nippon 確認クイズ①

スペシャルオリンピックスにあてはまるものを選びましょう。

- ① スノーシューイングが競技として含まれる。
- ② 陸上競技には10m車椅子競走が種目として含まれる。
- ③ 競技能力の高いアスリートに限定している。
- ④ イギリスの病院で活動が始まった。
- ⑤ IOCから「オリンピック」の名称使用が認められている。

13

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Special Olympics Nippon スポーツプログラム



トレーニング

1週間1回以上 × 8週間以上  
(1ターム/クール)



発表の場

発表会、記録会、競技会  
(1ターム終了時に実施)

1ターム後は、トレーニングの成果をルールに従って発表し、参加者全員のがんばりを認め合います。

14

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Special Olympics Nippon スポーツプログラム

ユニファイドスポーツ® プログラム Special Olympics Unified Sports®

- 知的障害がある人(アスリート)とない人(パートナー)が共にチームメイトとしてスポーツに取り組むプログラムです。
- 日頃から一緒に練習し、競技中は「チームメイト」、日常では「仲間」としてお互いに相手の個性を理解し、信頼しあい、助け合う関係をめざします。



15

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Special Olympics Nippon **スポーツプログラム**

**MATP(モーターアクティビティーズトレーニングプログラム)**

- 重複障害のある人や、より介護度の高い人が対象です
- 運動機能の向上や、交流を大切にしています。



**ヤングアスリートプログラム™**

- 2歳半から7歳の幼児期の子どもが対象です。
- “遊び”を中心とした内容で、楽しみながら運動能力の基礎を身に付けます。



Special Olympics Nippon 公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

16

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Special Olympics Nippon **スペシャルオリンピックスの競技会**

**全員が表彰を受けます。**

- 予選を基に同程度の競技能力でグループ分け(ディビジョニング)
- 決勝の各ディビジョンは3~8名です。



Special Olympics Nippon 公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

※途中棄権や失格の場合は、参加賞リボン  
※スポーツマンシップに反する失格は除く

17

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Special Olympics Nippon **マキシマムエフォートルール**  
(旧オネストエフォート)

**予選・決勝を問わず、自己ベストに挑戦し、競技をする。**

- 最高のパフォーマンスの発揮
- 公平な競い合い



※全力で競技をしないと…

- ディビジョニングが適正に行われない(競い合いができない)
- 口頭による注意や失格の場合もある

Special Olympics Nippon 公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

18

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Special Olympics Nippon デイビジョンング

同程度の競技能力どうしでの競い合いを重視します。

スペシャルオリンピックス  
性別、年齢、  
競技能力  
に基づくグループ分け

パラリンピック等  
障害の種類  
障害の程度  
に基づくクラス分け

19

---

---

---

---

---

---

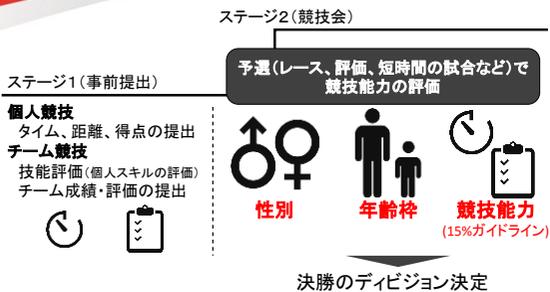
---

---

---

---

# Special Olympics Nippon デイビジョンング



20

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Special Olympics Nippon アスリート宣誓

“Let me win. But if I cannot win,  
let me be brave in the attempt.”  
「私に勝利を与えたまえ。もしかなわぬなら  
挑戦することを称えさせたまえ。(直訳)」

「わたくしたちは精一杯 力をだして  
勝利を目指します。たとえ、勝てなくても、  
頑張る勇気をあたえて下さい。」

21

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Special Olympics Nippon  確認クイズ②

スペシャルオリンピックスのスポーツプログラムと競技会の  
特徴として適切なものを選びましょう。

- ① ユニファイドスポーツは、2～7歳のアスリートに限定したスポーツプログラムである。
- ② 重複障害のある人や介護度の高い人も、スポーツプログラムの参加対象である。
- ③ 競技会でのディビジョンは、障害の種類や程度によって決められる。
- ④ 日頃から練習に真剣に取り組み、自分のベストを尽くすことが大切である。
- ⑤ 競技会・決勝を戦い抜いたアスリートは全員表彰される。

Special Olympics Nippon  公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

25

25

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Special Olympics Nippon  どのシーンが心に残りましたか？



Special Olympics Nippon  公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本 <https://www.youtube.com/watch?v=D3GyYbccwN0>

26

26

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Special Olympics Nippon  どのシーンが心に残りましたか？



- 生き方を変えます
- ヒーローを生み出します
- 皆の心を動かします
- 違いを称えます

27

27

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---