



アスリート理解 ～アスリートとともに～

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

本テキストの無断掲載・複製・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



スペシャルオリンピックスは、スポーツを通じて、知的障害のある人たちが、社会の一員として、社会参加できるようになることを目的としています。

「参加する」という意味を考えてみましょう。



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

2

2



一人ひとりが「参加」とは？

仲間のために役に立ちたいと思う

周りから必要な仲間と思われる

おもいきりプレーができる

今の状態や力を活かして挑戦できる



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 「障害」とはどんなものですか？

鰹 カツオ 鯛 タイ 鰯 イワシ 鮭 サケ 鰯 アリ 鮭 マダロ

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 例 参加を妨げるバリア(障壁)

物理的なバリア 制度的なバリア

情報のバリア 心理的なバリア

Special Olympics Nippon

5

Special Olympics Nippon 心の障壁(バリア)とバリアフリー

心のバリア

- 社会的排除 (エクスクルージョン)
- いろいろな人が交流する場がない
- 無関心 無理解 差別・偏見

スペシャルオリンピックスに参加すると...

バリアフリー

- 社会的包摂 (インクルージョン)
- いろいろな人が交流する場がある
- 関心 理解 共生

周囲が気づくこと、知ることが社会参加の一步

6

Special Olympics Nippon  **気づく、知る、支える**

気づく
困難なことや不自由なことに気がつく

知る
サポートが必要なことを観察したり、聴く

支える
困難なことや不自由なことの解決に向けてサポート

※「〇障害」だからと支援策を決めつけることをしないのがポイント



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

7

7

Special Olympics Nippon  **知的障害とは**

次の3つがそろっていることが
知的障害の目安となります。

- 知的な能力の発達に明らかなおくれがあること
- 適応行動をすることに明らかなむずかしさがあること
- その障害が発達期におこっていること



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

8

8

Special Olympics Nippon  **アスリートそれぞれの特徴(例)**

人によって、苦手なことがそれぞれ異なります。
一人ひとりの様子をよくみましょう。

- 指示や説明を理解すること
- 言葉で説明すること
- 初めてのことや急な変化に対応すること
- たくさんのことを記憶すること
- ものごとを決めること
- 器用に手指を動かしたり、物を操作すること
(日常生活での動きも含む)

etc



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

9

9

Special Olympics Nippon アスリートに多く見られる状態

障害や疾患のある・なしは個人によって異なり、その程度も個人によってさまざまです。

- ダウン症
筋緊張低下の特徴に関して、運動時には配慮が必要
環軸椎に不安定さがある人もいる
- てんかん
てんかん発作にはいろいろなタイプがある
けいれんや意識障害がおこる場合がある



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

10

10

Special Olympics Nippon アスリートに多く見られる状態

障害や疾患のある・なしは個人によって異なり、その程度も個人によってさまざまです。

- 自閉症スペクトラム障害(ASD)
人とのかかわりや、コミュニケーションに難しさがある
光や音、触感について過敏な人もいる
- 注意欠如・多動性障害(ADHD)
落ち着きがなかったり、衝動的な行動をとることがある
- 発達性協調運動障害(DCD)
運動面に不器用さ、ぎこちなさがある



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

11

11

Special Olympics Nippon プログラムでの注意事項

プログラム中は次のことに気をつけてください。

- (1) 体調チェック
- (2) てんかん発作など
- (3) 自傷・他害行動
- (4) 安全対策
- (5) アスリートの反応に気をつける



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

12

12

Special Olympics Nippon パニック、かんしゃくがおこったら

- パニック、かんしゃく
泣く、フリーズ、大声を出す、暴れる等

原因: 見通しを持たず不安になる、思うようにいかない、
気持ちをうまく表現できない

→ **落ち着いて、ゆっくり**対応しましょう

- ① 落ち着ける場所に移動する
- ② 刺激せず、落ち着くまで見守る
- ③ 気持ちを受け止め、言葉に翻訳してみる



13

13

Special Olympics Nippon 具体的な支援の方法

(1) コーチングのポイント

- ① 一人の仲間として
- ② 初めて会うアスリートには…
- ③ 嫌がることはしない
- ④ 手助けがうまくいかないときは理由を考える
- ⑤ ほめる
- ⑥ ゆったりとした気持ちで接する
- ⑦ ルールを工夫



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

14

14

Special Olympics Nippon 具体的な支援の方法

(2) コミュニケーションのポイント

- ① ことばと一緒に身ぶりで伝える
- ② 答えやすい聞き方にする
- ③ 自分からさそう
(周囲の人から声をかけて下さい)



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

15

15

Special Olympics Nippon  プログラムでの注意事項

アスリートの安全を守る責任があります。

肉体的なハラスメント
身体的な暴力
食事や飲料を与えない

言葉によるハラスメント
怒鳴る、恫喝
侮辱、差別的発言

セクシャルハラスメント
不適切な身体接触
わいせつな言動



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

16

16

Special Olympics Nippon  一人ひとりが輝く社会にむけて

お互いに認め合う

一人ひとりが可能性を発揮できる

得意を活かす

困難なことを補う



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

17

17

Special Olympics Nippon  一人ひとりが輝く社会にむけて

居心地のよい「場所」とは、どのようなところですか？

そこでは、どのような「機会」「チャレンジ」がありますか？

アスリートとの活動を楽しんでください！



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

18

18
