



スペシャルオリンピックス ユニファイドスポーツ

公益財団法人スペシャルオリンピックス日本

コーチクリニック資料 2024年 7月改定



本テキストの無断掲載・複写・改訂を禁じます



ユニファイドスポーツの認定コーチになるためには

1



オンデマンド
ゼネラル
オリエンテーション
アスリート理解

2



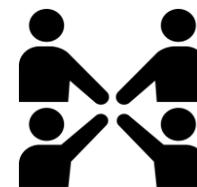
オンデマンド
競技
(コーチクリニック)

3



実技講習
競技
(コーチクリニック)

4



実働
当該競技プログラム
(10時間以上)

+
本講習

ユニファイドスポーツ
(コーチクリニック)

※ユニファイドスポーツ
実技講習はありません。
各競技の実技講習のみ。

※ユニファイドスポーツ
のプログラムでの実働
のみを対象にします。



Section 1:

ユニファイドスポーツを通じて目指す社会



スペシャルオリンピックスの使命

スペシャルオリンピックスの使命は、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するものです。

スペシャルオリンピックスは体力の向上にはもちろんのこと、勇気を表現することや、楽しみを経験するためにも、継続的な機会を提供します。

アスリートはスペシャルオリンピックスのプログラムに参加することで、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かち合うことが出来るのです。



ユニファイドスポーツが目指すもの



○帰属意識 ↓ ×偏見

知的障害のある人の社会参加、社会的インクルージョンの促進

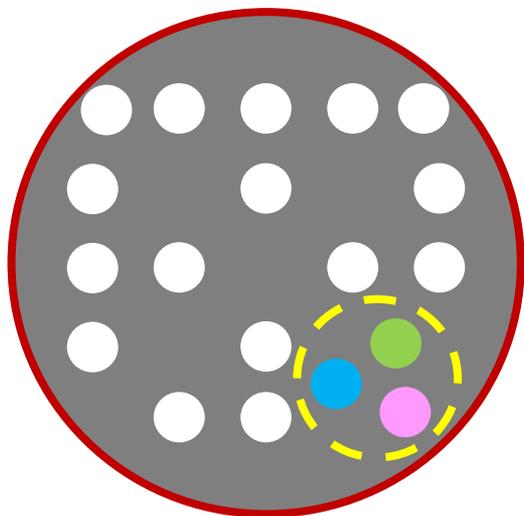


インクルージョン社会とはどのような社会か？

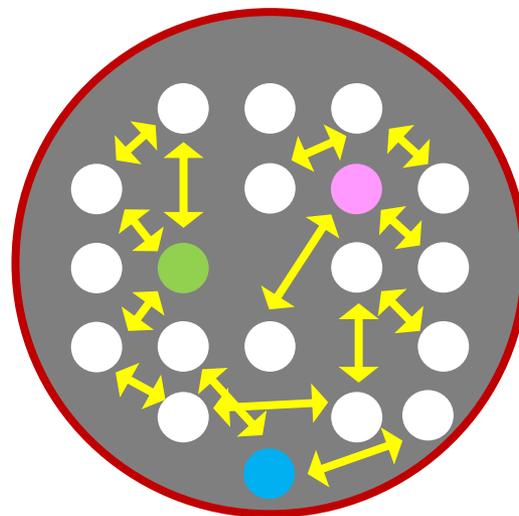
インクルージョンされた社会とは、どのような社会なのか、映像を見て考えてみましょう。



インクルージョンとは…



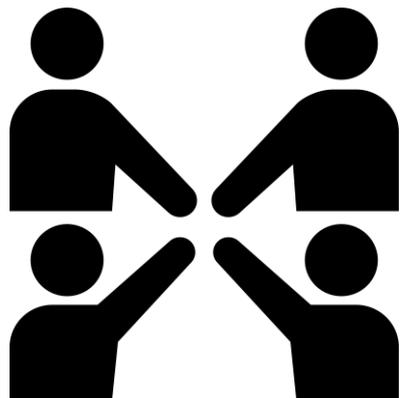
× 同じ場に居れば良い



○ それぞれを活かし合う
○ お互いに認め合い、
貢献する

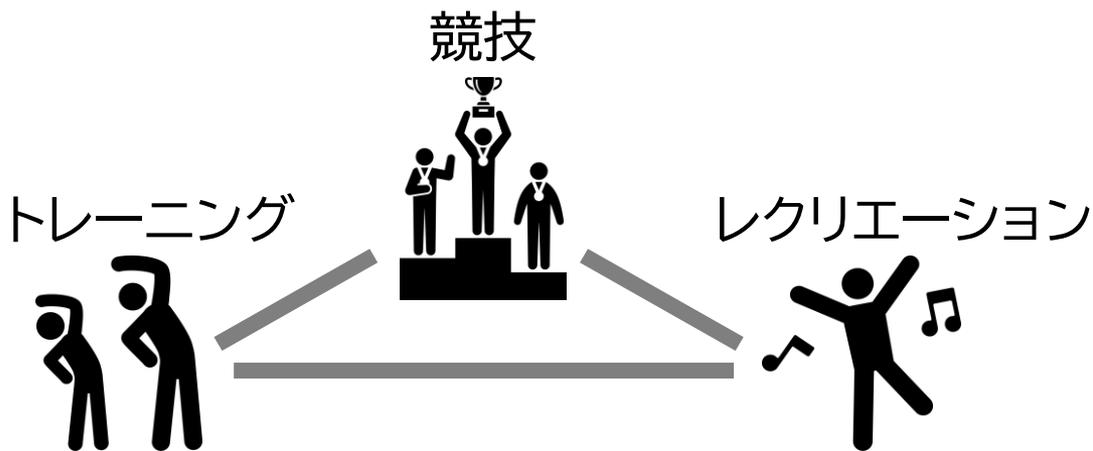


ユニファイドスポーツとは…



知的障害のあるアスリートと、
知的障害のないパートナーが
共にチーム・ペアを組み、
スポーツを楽しむ

※トラディショナル:障害のある人だけで構成



特徴

- ・様々な楽しみ方がある
- ・だれでも参加できる



ユニファイドスポーツの様々な実践例

SO
スポーツプログラム

地域
スポーツクラブ

地域
スポーツリーグ

学校
体育授業

学校
レクリエーション

学校
校内大会、学校対抗

海外では、地域や学校にもユニファイドスポーツが広がっている



クイズ ～概論編～

ユニファイドスポーツとはどのようなプログラムか、あてはまるものを選びましょう？(複数選択可)

- ① インクルーシブなスポーツプログラム
- ② 知的障害のあるチームメイトと、知的障害のないチームメイトと一緒に参加するスポーツプログラム
- ③ 何があっても勝つことを重要視するスポーツプログラム
- ④ 競技内外で、すべてのチームメイトの貢献を認め合うスポーツプログラム



クイズ ～概論編～

ユニファイドスポーツは、どのような利点があるか、あてはまるものを選びましょう。(複数選択可)

- ① スポーツ技能の発達
- ② 用具の提供
- ③ 自信を高める
- ④ 競技に限らない仲間意識
- ⑤ 地域のつながり



Section 2:

3つのモデル





ユニファイドスポーツ 3つのモデル

ユニファイドスポーツ・
コンパティティブ

ユニファイドスポーツ・
プレーヤーデベロップメント

ユニファイドスポーツ・
レクリエーション





ユニファイドスポーツ 3つのモデル

ユニファイドスポーツの3つのモデルについてまとめた映像を見てみましょう。



ユニファイドスポーツ 3つのモデル

3つのモデルの構造や機能はそれぞれ異なります。

| | ユニファイドスポーツ・ コンペティティブ | ユニファイドスポーツ・ プレーヤーデベロップメント | ユニファイドスポーツ・ レクリエーション |
|----------|---|---|--|
| 特徴 | <u>競い合い</u> を重視。 チームメイトとして、 競技やトレーニングに 参加。 | 高い競技能力を持つプレーヤーが、 競技能力の低い <u>チームメイトの能力</u> <u>や戦術を上達させる</u> ことを補佐す る。 | アスリートとパートナーで交 流を楽しむレクリエーション。 <u>様々な場面で開催できる。</u> |
| 構成 | アスリートとパートナーは <u>ほぼ同数。</u> | アスリートとパートナーは <u>ほぼ同数。</u> | チーム内のアスリートの割合 は <u>25～75%以内</u> とする。 |
| ルール | <u>SOスポーツルールに従う。</u> (必要な競技技術や戦略を 身につけておく) | SOスポーツルールを基本にし、 <u>ルールの変更も可能。</u> | <u>制限はない。</u> 非公式のスポーツも可能。 |
| 年齢 | <u>同程度。</u> (※) | <u>同程度。</u> (※) | <u>制限はない。</u> |
| 競技 能力 | <u>同程度。</u> | <u>同程度でなくとも構わない。</u> | <u>制限はない。</u> |
| その他 | 順位に基づく表彰。 <u>世界大会で実施する。</u> | <u>世界大会で実施しない。</u> | |



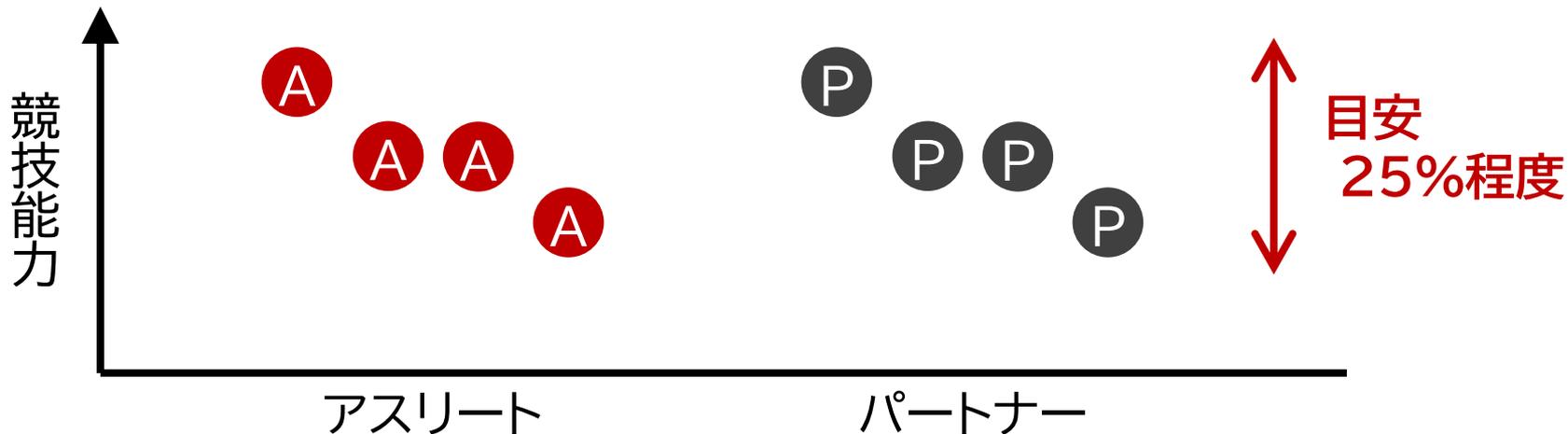


コンペティティブモデル

- ・アスリートとパートナーの人数比 : 同程度
- ・スポーツルール : 通常どおり(変更なし)
- ・競技能力 : 同程度
- ・年齢 : 同程度

(8-13歳:3歳差以内、14-17歳:5歳差以内、18歳-:20歳差以内)

- ・表彰 : 順位に基づく表彰
- ・実施 : 世界大会～地区大会





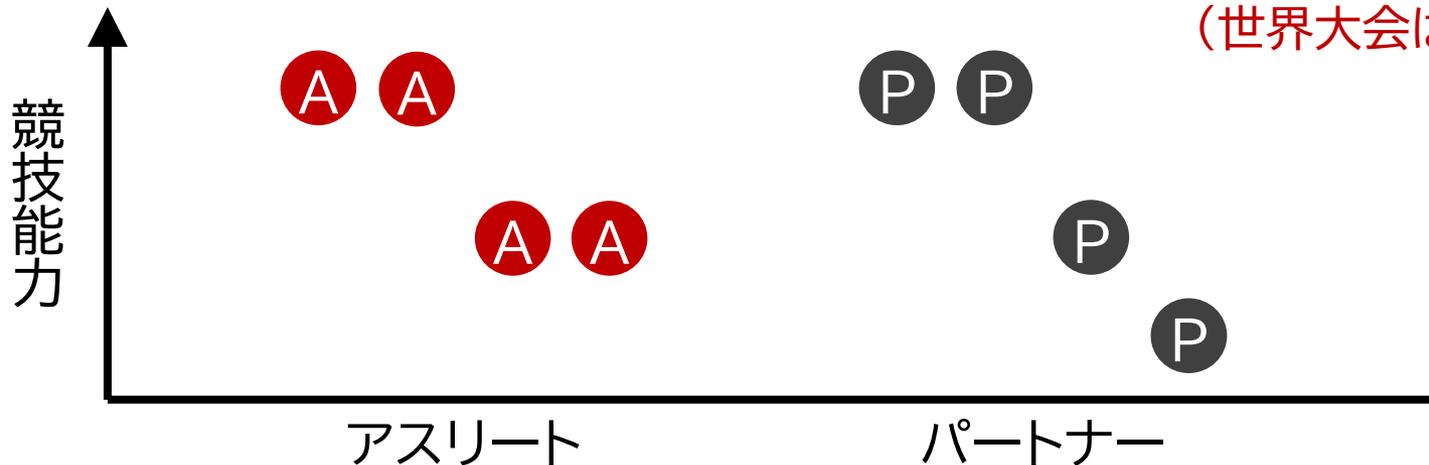
プレーヤーデベロップメントモデル

- ・アスリートとパートナーの人数比 : 同程度
- ・スポーツルール : 通常どおり(変更しても可)
- ・競技能力 : 同程度でなくても可
- ・年齢 : 同程度

(8-13歳:3歳差以内、14-17歳:5歳差以内、18歳-:20歳差以内)

- ・表彰 : 順位に基づく表彰
- ・実施 : ナショナルゲーム～地区大会

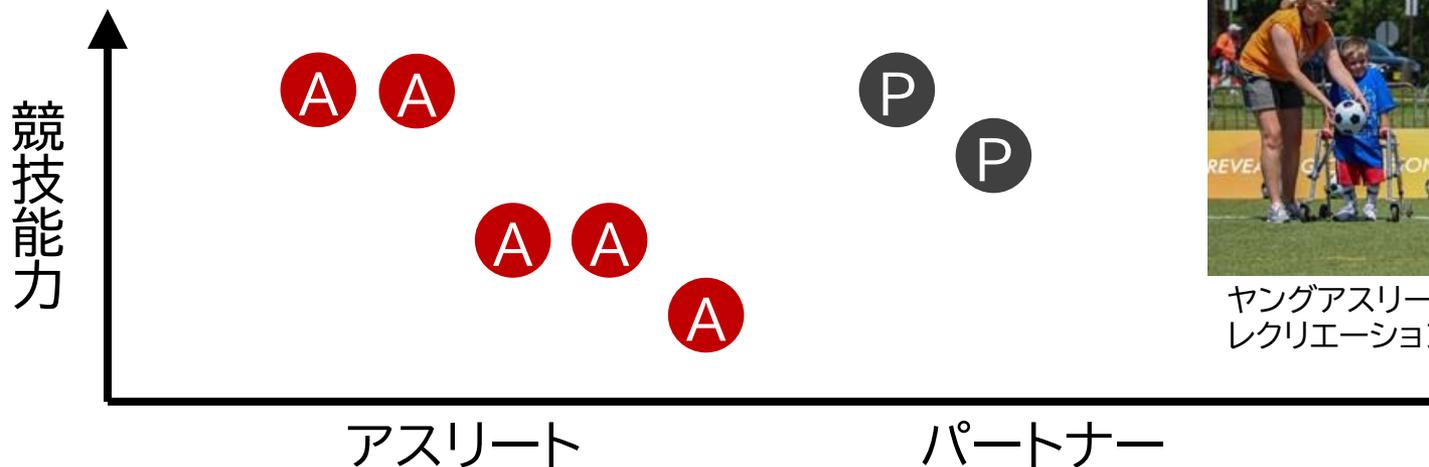
(世界大会は実施しない)





レクリエーションモデル

- ・アスリートとパートナーの人数比 : どちらか25~75%
- ・スポーツルール : 制限なし
- ・競技能力 : 制限なし
- ・年齢 : 制限なし
- ・実施 : 様々な場面で可 (競技としては実施しない)



©Special Olympics Inc

ヤングアスリートプログラムでのレクリエーションモデルの様子



クイズ ～3つのモデル編～

ユニファイドスポーツ・コンペティティブに、あてはまるものを選びましょう。(複数選択可)

- ① 競技団体とスペシャルオリンピックスのスポーツルールに従い、ルールの修正は行わない。
- ② 参加者の25%以上が知的障害のあるアスリートで、かつ25%以上が知的障害のないパートナーである。
- ③ チームメイトは、同程度の年齢と能力でなければならない。



クイズ ～3つのモデル編～

ユニファイドスポーツ・プレーヤーデベロップメントに、あてはまるものを選びましょう。(複数選択可)

- ① 競技団体とスペシャルオリンピックスのスポーツルールに従い、ルールの修正は行わない。
- ② 試合中、アスリートとパートナーの人数は同数、または競技によりアスリートのほうが1名多い。
- ③ プレーヤーデベロップメントは、世界大会では競技が実施されない。



Section 3:



ユニファイドスポーツ成功のための6つの鍵



ユニファイドスポーツ 成功への6つの鍵

1. 意義ある参加の原則
2. 適切な競技の選択
3. 有資格コーチによる指導
4. チームの構成
5. 継続的なトレーニングと競技会
6. ディビジョニングと公式ルールの順守





1. 意義ある参加の原則

全てのプレイヤーが活躍できること

- すべてのチームメイトと一緒にプレーするように努めること
- 一人一人が自分の長所を活かしながらチームに貢献できること
- プレー中に健康や安全面でのリスクがないこと
- ルールに則って競技すること
- プレーヤーは競技に必要な技能を有し、またルールや戦術についても理解していること





1. 意義ある参加の原則

意義ある参加の原則に関するポイントをまとめた映像を見てみましょう。





1. 意義ある参加の原則

試合映像を見て、意義ある参加の原則について考えてみましょう。



2. 適切な競技の選択

- プレーヤーが興味や関心を持っていること
- プレーヤーの競技レベルにあっていること
- 施設や用具を用意できること
- 資格を持ったコーチがいること
- 競技会の機会があること





ユニファイドスポーツ® 競技別特徴表

※ 詳しくは、SOスポーツルール総則 2020年6月改訂版 P.21～22を参照

| | | 近似年齢 | 近似能力 | 競技フィールド内で同時にプレーできる ユニファイドスポーツ® アスリート/パートナーの割合 | |
|--------------|-------------------|--------------|--------------------|---|--------------|
| | | R=義務 P=奨励 | R=義務 P=奨励 | アスリートの 人数 | パートナー の人数 |
| チーム競技 | | | | | |
| バスケットボール | チーム競技 | R | R | 3 | 2 |
| クリケット | チーム競技 | R | R | 6 | 5 |
| フロアボール | チーム競技 | R | R | 3 | 2 |
| フロアホッケー | チーム競技 | R | R | 3 | 3 |
| サッカー | フットサル | R | R | 3 | 2 |
| サッカー | 5人制 | R | R | 3 | 2 |
| サッカー | 7人制 | R | R | 4 | 3 |
| サッカー | 11人制 | R | R | 6 | 5 |
| ハンドボール | チーム競技 | R | R | 4 | 3 |
| ソフトボール | チーム競技 | R | R | 5 | 5 |
| バレーボール | チーム競技 | R | R | 3 | 3 |
| 個人競技 | | | | | |
| 陸上競技 | リレー | R | P | 2 | 2 |
| 陸上競技 | チーム | R | ユニファイドチーム陸上競技規則を参照 | 10 | 10 |
| バドミントン | ダブルス/ ミックスダブルス | R | R | 1 | 1 |
| ポッチ(SO ホッチャ) | ダブルス | P | P | 1 | 1 |
| ポッチ(SO ホッチャ) | チーム | P | P | 2 | 2 |



ユニファイドスポーツ® 競技別特徴表

※ 詳しくは、SOスポーツルール総則 2020年6月改訂版 P.21～22を参照

| | | | | | |
|----------------------|-------------------|---|----------|---|---|
| ボウリング | ダブルス/ ミックスダブルス | P | P | 1 | 1 |
| ボウリング | チーム | P | P | 2 | 2 |
| 自転車 | タンデムタイムトライアル | R | P | 1 | 1 |
| ゴルフ | チームプレー | P | P | 1 | 1 |
| カヤック | K-2 ダブルス | R | R | 1 | 1 |
| ローラースケート | ペア/ダンスチーム | R | P | 1 | 1 |
| ローラースケート | リレー(4人) | R | P | 2 | 2 |
| ローラースケート | リレー(2人) | R | P | 1 | 1 |
| セーリング | クルー 3人 | P | P | 2 | 1 |
| 卓球 | ダブルス/ ミックスダブルス | R | R | 1 | 1 |
| テニス | ダブルス/ ミックスダブルス | R | R | 1 | 1 |
| テニス | チーム | R | R(ペア同士で) | 6 | 6 |
| クロスカントリー スキー | リレー | R | P | 2 | 2 |
| フィギュアスケート | ペア | R | R | 1 | 1 |
| フィギュアスケート | アイスダンス | R | R | 1 | 1 |
| スノーシューイング | リレー | R | P | 2 | 2 |
| ショートトラック スピードスケート | リレー | R | R | 2 | 2 |
| 競泳 | リレー | R | P | 2 | 2 |

ユニファイドスポーツ競技の実施に関する追加情報や詳細については、スペシャルオリンピックスの各スポーツルールを参照する。



3. 認定コーチによる指導

認定コーチによる指導についてまとめた映像を見てみましょう。



3. 認定コーチによる指導

コーチはユニファイドスポーツが目指していることや、成功の鍵などを十分に理解している必要があります。

- インクルージョンとはなにかを理解し、推進する
- チームメイト同士が友人関係を築けるように促す
- 全員が挑戦できる練習内容(ドリルやミニゲーム)
- プレーヤー一人ひとりが活躍できるように導く
- プレーヤーの技能と、チームでの役割を適合させる
- 競技能力の低いプレーヤーの長所を最大に生かすチーム戦術を組み立てる



ユニファイドスポーツ コーチガイドライン

※ “ユニファイドスポーツ コーチガイドライン”を要約

- 知識の習得
- インクルージョンの推進
- 適切な競技の選択と、チームのメンバー構成
- コーチングに徹し、プレーには参加しない
- 練習と競技会に責任を持って参加
- チーム全員を指導する
- 更なる社会経験が積めるよう努める
- チームワークを求める
- スポーツマンシップを示すとともに、チームのメンバーにもそれを期待する





4. チームの構成

チームの構成に関するポイントをまとめた映像を見てみましょう。



4. チームの構成

1. チームを構成する前に、参加希望者の準備状況を確認する
 - 心理的…対戦相手の認識、チームで試合をする準備、ルールに則ってプレーすること
 - 身体的…競技に必要な体力やスキル
 - 社会的…他のチームメイトと仲良くできるか
 - 年齢…同程度の年齢か
2. メンバーを募集する
学校、地域の団体、企業など
3. チームを構成する(後述)



ユニファイドスポーツ チームメイトガイドライン

※ “ユニファイドスポーツ チームメイトガイドライン”を要約

- 練習や競技会には必ず参加する
- 公式ルールを理解する
- 自己ベストを尽くす
- 良きチームメイトでいること、
- コーチにならない(指導しない)
- 常にチームとして行動すること
- スポーツマンシップを発揮すること





5. 定期的なトレーニングと競技会の実施

a トレーニング

- 1タームのトレーニングと、競技会を行う
アスリートとパートナーは地区組織に登録していること

b 競技会

- スペシャルオリンピックスが主催する競技会／大会
- スペシャルオリンピックスが主催するユニファイドスポーツ
競技会／大会
- (SO以外)地域での大会と競技会





5. 定期的なトレーニングと競技会の実施

c ユニファイドチームにおけるコーチング

- ユニファイドスポーツのコーチは、コーチングだけをします。役割の違いから、試合にプレーヤーとして出場できません。
- 指導やフィードバックをする時間は、すべてのプレイヤーに平等にし、特別扱いをしないようにしましょう。
- ポジティブな指導やフィードバック、ほめることをする。





6. ディビジョニングと公式ルールへの遵守

- 競技団体ルールとスペシャルオリンピックスのルールに則って競技する
※デベロップメント、レクリエーションは変更可能
- アスリート・パートナーの人数はスポーツルール総則を参照
- ディビジョニングをする
(あらゆる競技レベルのチームが参加可能)
- コンペティティブ モデルは順位に基づく表彰をする
- プレーをしないコーチが必要





6. ディビジョニングと公式ルールの遵守

- 意義ある参加の原則を遵守する

コーチは意義ある参加が守られるよう指導する役割がある

競技会ではユニファイドスポーツ評価委員会が確認する

遵守されない場合...

警告、試合の没収等





クイズ ～成功への鍵編～

ユニファイドスポーツ(コンペティティブとプレーヤーデベロップメント)の年齢構成として、あてはまるものを選びましょう。(択一選択)

- ① 8～13歳のチームメイトで年齢差が3歳差以内、14～17歳のチームメイトで年齢差が5歳差以内、18歳以上なら20歳以内の年齢差とする。
- ② 8～21歳のチームメイトで年齢の差異が10歳以内、22～29歳のチームメイトでの年齢の差異は10歳以内、30歳以上なら10歳以内の年齢差とする。
- ③ チームメイトがお互いに好意を持っていれば、年齢差は問題ではない。



クイズ ～成功への鍵編～

意義のある参加にあてはまるものを選びましょう。(複数選択可)

- ① バスケットボールのリーグ戦で、ジュンは毎試合出場しているが、試合中にボールを触ったことが一度もない。また、守備的なプレーも見られない。
- ② サッカーで点差が開いているときに、チヒロは相手に追いつくためにボールを常に保持し、ゴールを目指している。
- ③ テニス(ダブルス)をするときに、カオルはネット側でプレーをする。カオルは素早く反応できてボレーが得意なことを、パートナーのマスミは知っている。
- ④ バレーボールをするときに、背が高くパワフルなマコトはアタッカーをする。背が低くパスが得意なユウは、セッターとしてマコトにボールを渡す役目を引き受けている。



クイズ ～成功への鍵編～

競技会で、意義のある参加の原則を遵守しない場合、どのようなことが起こるでしょうか。

あてはまるものを選びましょう。(択一選択)

- ① コーチが警告を受ける。違反が続く場合、ゲームが没収試合となる場合がある。
- ② 知的障害のない全パートナーが、即座にゲームから排除される
- ③ 誰かが怪我をしない限り、何も起こらない



Section 4:

チームを作る





ユニファイドスポーツ チームづくりの概要

チームパフォーマンス

= **個人のパフォーマンス** × **チームワーク**

個人スキルの評価

第1段階

ミニゲームの評価
(リーグ戦)

第2段階



ユニファイドスポーツ チームづくりの手順

ユニファイドスポーツのチームづくりの手
順についてまとめた映像を見てみましょう

。



ユニファイドスポーツ チームづくりの手順

第1段階 個人スキルのスコア評価 →仮のチーム
第2段階 ミニゲーム(リーグ戦) →メンバーの入れ替え

アスリート

パートナー

| チーム 1 | チーム 2 | チーム 3 |
|-------|-------|-------|
| 1 | 2 | 3 |
| 6 | 5 | 4 |
| 7 | 8 | 9 |
| 12 | 11 | 10 |
| 3 | 2 | 1 |
| 4 | 5 | 6 |
| 9 | 8 | 7 |



ミニゲームの際のポイント

- ① 各チーム、ミニゲームで対戦し様子を見る。
 - 競技能力(技能、チームプレー)が同程度であるか？
 - 試合を独占 or 排除しているプレイヤーはいないか？
 - または手加減していないか？
(全員が思いきりプレーができるか)
- ② 適宜メンバーを入れ替えながら、競技技能が同程度のユニファイドスポーツチームを作っていく

個人スキルのスコアはあくまで参考値であり、
チームプレーの様子を重視する



競技プレー評価チェックリスト

- 1) 最も高い競技能力を発揮した時に、自チームや相手チームの他のプレーヤーを**負傷させる危険性**のあるプレーヤーがチームの中にいますか？
- 2) **知的障害のないプレーヤー**全員が知的障害のあるプレーヤーよりも**技能が高いようなチーム構成**になっていますか？
- 3) 試合がルールに即して行われると同時に、チームメンバー全員の安全で意義のある参加を可能とするために、特定のチームメイトが自分のプレーレベルを著しく下げなくてはならず、**全力で競技してはならない**ことがありますか？
- 4) あまりにも技能が高いために、チーム内の他のメンバーの**誰も競い合う状況の中で攻撃から守ることができない**ようなプレーヤーがチーム内にいますか？(具体的には、いつどのような状況でも得点できる、あるいははしようと思えばいつでも自分が試合をコントロールできるような選手のことです。)
- 5) 競い合う状況の中でルールに則って競技するために**必要な競技固有の技能がない**、あるいはルールを理解していないプレーヤーがチーム内にいますか？そのプレーヤーはチームメイトのかなりの補佐を必要としていますか？スペシャルオリンピックス・スポーツルールを上手に運用するだけでは済まないような大掛かりなルールの修正が必要ですか？
- 6) 競技能力レベルが低いために、**競い合う状況の中でほとんどボールに触れていない**、あるいは競技会に参加してないプレーヤーがチーム内にいますか？
- 7) シーズン中の**練習参加率が 50%以下**のプレーヤーがチーム内にいますか？



クイズ ～チームを作る編～

ユニファイドチームを作るプロセスについて、
あてはまるものを選びましょう。(複数選択可)

- ① 個々のスキル評価のみで、チームを決めない。
- ② ミニゲームはトーナメント式で行う。
- ③ ミニゲームでは、チーム内で最もスキルの低いプレイヤーを注目し、チームの構成を検討する。
- ④ プレイヤーデベロップメントモデルの場合、チーム内の競技能力の高いプレイヤーは、必ずパートナーでなければならない。



ユニファイドチームメイト賞 ～ユニファイドカップ・シカゴ 2018～



The Unified Teammates Award is presented to
*a Unified Partner and Special Olympics athlete
that have demonstrated a strong understanding of the
spirit of Unified Sports. They exemplify a commitment
to meaningful involvement on and off the playing field*



SPECIAL OLYMPICS
UNIFIED CUP
CHICAGO 2018

Presented by **TOYOTA**



ユニファイドスポーツ関連資料

・SOスポーツルール総則

・ユニファイドスポーツ専用ページ

- ✓意義ある参加の原則
- ✓スポーツマンシップと行動規範
- ✓コーチガイドライン
- ✓チームメイトガイドライン
- ✓プレーヤーデベロップメント・ガイドライン
- ✓レクリエーション・ガイドライン
- ✓プレーヤーの評価、ユニファイドスポーツ・チームの構成、および最適なユニファイドスポーツ・モデルの決定
- ✓競技会を成功させるためのガイドライン

SONホームページ『リソースページ』