

コーチクリニック

【柔道競技】

第 I 部 競技の諸特性とルール

公益財団法人スペシャルオリンピックス日本
柔道競技 部会

2021年4月改定

※本テキストの無断掲載・複写・改訂を禁じます



スペシャルオリンピックス柔道競技大会

◇ 2003年夏季世界大会(デモンストレーションとして実施)

開催地:ダブリン(アイルランド)参加国:9ヶ国

◇ 2007年夏季世界大会(正式競技として実施)

開催地:上海(中国)参加国:19ヶ国

◇ 2011年夏季世界大会

開催地:アテネ(ギリシャ)参加国25ヶ国

◇ 2015年夏季世界大会

開催地:ロサンゼルス(アメリカ)参加国22ヶ国

◇ 2019年夏季世界大会

開催地:UAE(アブダビ)参加国30ヶ国





スペシャルオリンピックス柔道競技実施国

- | | | | | | |
|----|----------|----|---------|----|----------|
| 1 | ブルキナファソ | 18 | 英国 | 35 | タジキスタン |
| 2 | コートジボアール | 19 | ギリシャ | 36 | トルクメニスタン |
| 3 | 日本 | 20 | ハンガリー | 37 | ウクライナ |
| 4 | ベトナム | 21 | イスラエル | 38 | ウズベキスタン |
| 5 | 中国 | 22 | カザフスタン | 39 | ブラジル |
| 6 | モンゴル | 23 | キルギス共和国 | 40 | コスタリカ |
| 7 | アンゴラ | 24 | モナコ | 41 | エルサルバドル |
| 8 | オーストリア | 25 | オランダ | 42 | アルジェリア |
| 9 | アゼルバイジャン | 26 | ノルウェー | 43 | イラク |
| 10 | ベルギー | 27 | 米国 | 44 | リビア |
| 11 | ブルガリア | 28 | ポーランド | 45 | シリア |
| 12 | デンマーク | 29 | ルーマニア | 46 | アンドラ |
| 13 | エストニア | 30 | ロシア | 47 | アゼルバイジャン |
| 14 | フィンランド | 31 | スロベニア | 48 | ポルトガル |
| 15 | フランス | 32 | スペイン | 49 | UAE |
| 16 | ジョージア | 33 | スウェーデン | | |
| 17 | ドイツ | 34 | スイス | | |





2019年スペシャルオリンピックス 夏季世界大会 柔道競技参加国

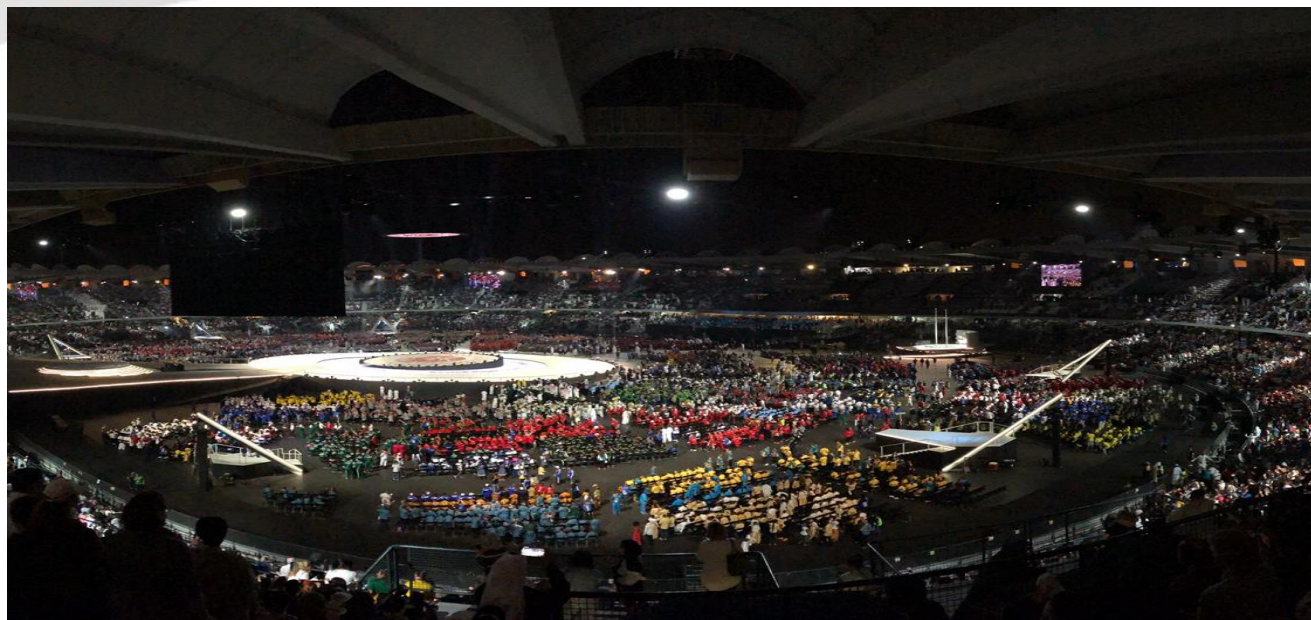
- | | | | | | |
|----|----------|----|--------|----|----------|
| 1 | アンドラ | 11 | ドイツ | 21 | ルーマニア |
| 2 | オーストリア | 12 | イギリス | 22 | ロシア |
| 3 | アゼルバイジャン | 13 | ハンガリー | 23 | スロベニア |
| 4 | ベルギー | 14 | イスラエル | 24 | スウェーデン |
| 5 | インド | 15 | カザフスタン | 25 | スイス |
| 6 | ブルキナファソ | 16 | モナコ | 26 | シリア |
| 7 | コートジボアール | 17 | モンゴル | 27 | タジキスタン |
| 8 | エストニア | 18 | オランダ | 28 | トルクメニスタン |
| 9 | フィンランド | 19 | ポーランド | 29 | UAE |
| 10 | フランス | 20 | ポルトガル | 30 | ウズベキスタン |











UAE大会

アスリート	7,000人
ファミリー	6,000人
ボランティア	20,000人
メディア	2,000人
ゲスト	4,000人





日本のSO柔道

- ◇ ワールドゲーム(夏季・冬季4年毎に開催)
- ◇ ナショナルゲーム(世界大会の前年に開催・予選大会)

2022年 夏季ナショナルゲーム / 広島 開催予定

- | | |
|---------|--------|
| 1 SO神奈川 | 5 SO千葉 |
| 2 SO大阪 | 6 SO熊本 |
| 3 SO広島 | 7 SO島根 |
| 4 SO和歌山 | 8 SO三重 |





SOでの実施種目

- ◇ 水泳(競泳)競技
- ◇ 陸上競技
- ◇ 体操競技
- ◇ バドミントン
- ◇ バスケットボール
- ◇ ボッチャ
- ◇ ボウリング
- ◇ 自転車
- ◇ 馬術
- ◇ サッカー
- ◇ ゴルフ
- ◇ 柔道
- ◇ 新体操
- ◇ パワーリフティング
- ◇ ローラースケート
- ◇ セーリング
- ◇ ソフトボール

- ◇ 卓球
- ◇ ハンドボール
- ◇ テニス
- ◇ バレーボール
- ◇ アルペンスキー
- ◇ クロスカントリー
- ◇ フィギアスケート
- ◇ フロアボール
- ◇ フロアホッケー
- ◇ スノーボード
- ◇ スノーシューイング
- ◇ ショートトラック
スピードスケート
- ◇ クリケット
- ◇ カヤック
- ◇ フライングディスク





競技会の目標

- ◇ すべての参加者にとって安全で質の高い競技経験の提供をすること
- ◇ すべてのチームおよび個人において、競技能力が同じレベルのアスリートと競い合うことができる競技の提供をすること
- ◇ 公式ルールおよびオリンピックと同様の雰囲気を提供すること
- ◇ 家族、ボランティア、観客にとってポジティブで感動的な体験を提供すること
- ◇ 知的障害のある人の能力に対しての人々の認識と理解を高めること



柔道の魅力





スペシャルオリンピックス柔道ルール

スペシャルオリンピックス(SO)の柔道公式スポーツルールは、全ての SO 柔道競技において適用される。

国際的なスポーツ組織として、SO は国際柔道連盟(IJF)のルールを基に、SO 公式スポーツルールを定めた。

SO の柔道公式スポーツルールおよびスポーツルール総則第 1 章と矛盾する場合以外は IJF あるいは全日本柔道連盟のルールが採用される。

矛盾する場合は、SO の柔道公式スポーツルールが適用される。





環軸椎不安定(亜脱臼)性のダウン症アスリートは原則
柔道プログラムに参加することは出来ない。

より詳しい情報やこの制限を放棄する手順について
は、SO スポーツルール第I章 総則 補足 Eを参照のこと



頸部に過度のストレスをかけることは**禁止**



絞技は禁止



関節技は禁止



捨身技は禁止



片膝または両膝をついた投技は **禁止**





スペシャルオリンピックス柔道ルール

片膝または両膝をついた投技は **禁止**





禁止されている技や動作をした場合、審判員は警告を出して、その禁止されている技や動作について説明をすること。繰り返されると、審判員は罰則を 与えなければならない。レベル1のアスリートにのみ罰則処置は与えられ、レベル2のアスリートは慎重に判断し与えられる。夏季世界大会ではレベル3の アスリートにも与えられる。





スペシャルオリンピックス柔道ルール





スペシャルオリンピックス柔道ルール





スペシャルオリンピックス柔道ルール





スペシャルオリンピックス柔道ルール





スペシャルオリンピックス柔道ルール





ディビジョニング

SO の柔道競技に参加するアスリートはエントリーフォームに記載する以下の情報により区分される。

- 性別
- 年齢（16歳未満は年齢差が3歳以内とする）
- 体重
- 年齢
- スキルレベル

主催者には、それぞれの種目において他の能力(レベルや年齢)の組み合わせで、参加者にとって公平かつ安全な組をつくる責任があり、体重別 階級を作る権限を有する。





ディビジョニング

スキルレベル1:

とても優れた柔道感覚を持っており、一般の選手と同等に試合形式で戦うことができる。

力強い動作と素早い反応ができ、試合中に戦術を組み立てることが出来る。

スキルレベル1のアスリートは競技を行う際、コーチや審判わずかな補助や誘導を必要とする。





ディビジョニング

スキルレベル2:

優れた柔道感覚を持っており、一般の選手と同等に乱取りで戦うことができる。多少動作のスピードや力強さに欠けるが、かなり素早い反応ができ戦術を理解できている。

上記の基準をよく満たしている。スキルレベル2のアスリートは試合を進行する際にコーチや審判の多少の補助や誘導を必要とする。





ディビジョニング

スキルレベル3:

柔道感覚を持っており、一般の選手と楽しむ程度の乱取りをすることが出来る。多少動作にスピードと力強さがあり、やや素早い反応が出来るが、戦術を理解していない。

上記の基準をある程度満たしている。スキルレベル3のアスリートは、試合を進行する際にコーチや審判の本格的な補助や誘導を必要とする。





ディビジョニング

スキルレベル4:

一般の選手と遊び感覚の乱取りができるが、彼らの本格的な補助を必要とする。柔道感覚はなく受動的であり、試合を進行する際に最大限にコーチや審判の補助や誘導を必要とする。





ディビジョニング

スキルレベル 5:

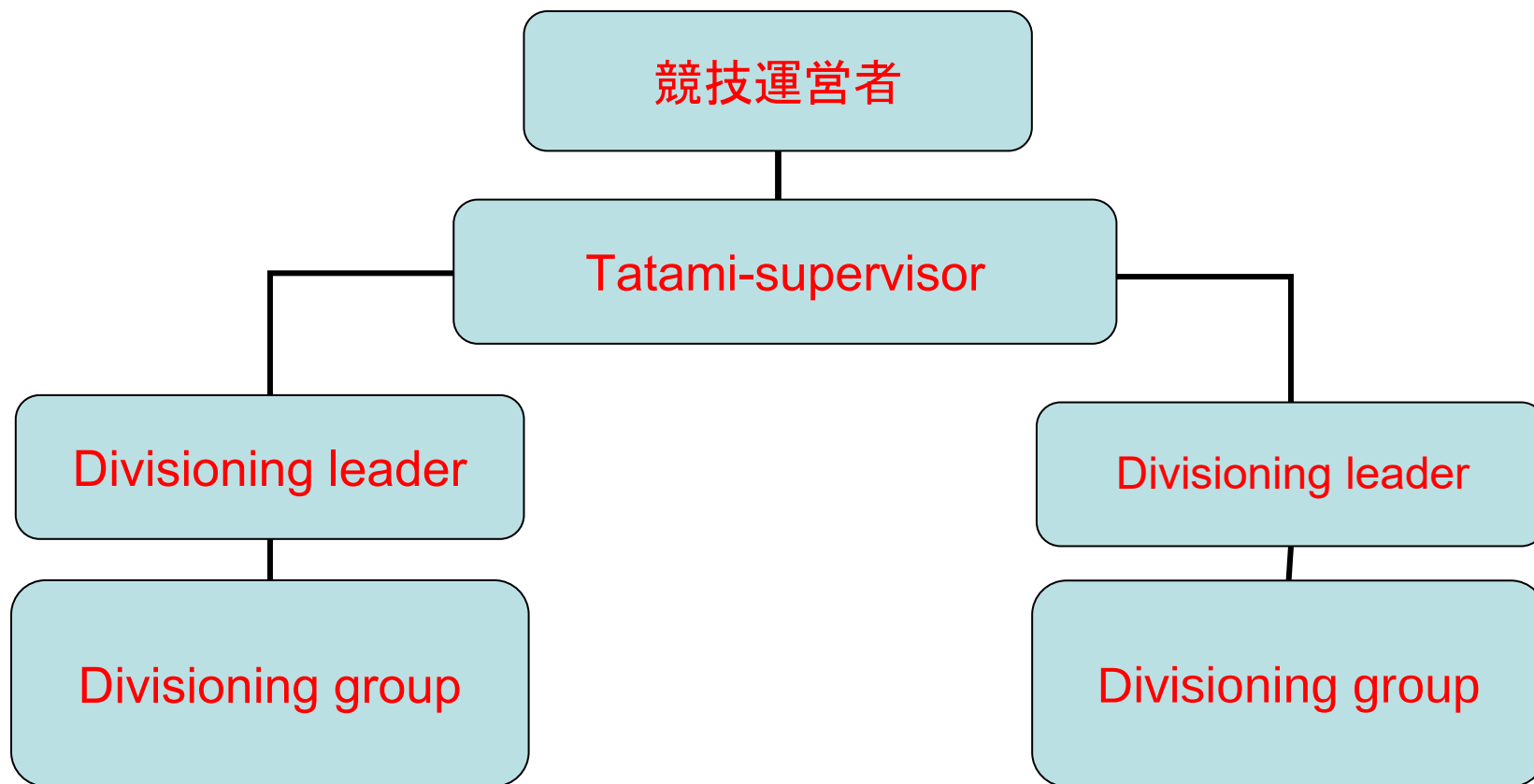
一般の選手と楽しむ程度の乱取りができるが、彼らの補助を必要とする。少しの柔道感覚を持っているが、素早い動作や反応ができず、戦術を理解していない。

上記の基準の低いレベルを満たしている。スキルレベル4のアスリートは試合を進行する際にコーチや審判の重大な補助や誘導を必要とする。





ディビジョニング





競技特有のSOスポーツルール

ディビジョニング





ディビジョニング

- ◇ ディビジョニング手順は試合会場で、個人のスキルについて行われる。各アスリートは、それぞれの組において立技と寝技の両方もしくは寝技のみの個人スキルのテストを受けなければならない。（後者の場合、試合中寝技のみで戦うこととなる）
- ◇ このテストはトレーニングセッション※を利用して、ディビジョニング委員と畳スーパーバイザーが一緒に行い、プレディビジョニングが適したものかどうかを確認する。





ディビジョニング

- ◇ ※ 注:大会時に全アスリートが参加する合同練習会(トレーニングセッション)を開催。練習の様子を見ながら各アスリートのスキルを確認する。
- ◇ このトレーニングセッションは、アスリートにとって、遊びの感覚や初めての仲間との出会う喜びを共有する楽しい時間でなければなりません。





競技特有のSOスポーツルール

ディビジョニング

スキルは以下の基準により評価される。

- (1) 柔道感覚
- (2) 競技の概念
- (3) 相手の動作の予測
- (4) 危険の予測
- (5) 原因・結果に対する意識
- (6) 技術
- (7) 出来栄え
- (8) 技のスピード
- (9) 反応
- (10) 戦術の理解

スキルレベルは、競技目的ではなくレクリエーションや教育目的で柔道を行っている 一般の選手とアスリートと比較して行う。





ディビジョニング

以前は・・・

- 投技
- 受身
- 連絡技
- 返技
- 相手を返してからの抑込技



- 動作が少なかった
- 全ての技を行わなければならなかった
- 長時間を要した
- 面白みがなかった





ディビジョニング

現在は・・・

- 投技
- 受身
- 連絡技
- 返技
- 相手を返してからの抑込技



- より楽しく
- 練習のような形で
- 柔道遊びを多く取り入れる
- 1つの試合場に1つのレベル、入れ替え





競技特有のSOスポーツルール

ディビジョニング





競技特有のSOスポーツルール

ディビジョニング



ディビジョニング



ディビジョニング





競技特有のSOスポーツルール

ディビジョニング





競技特有のSOスポーツルール

ディビジョニング





競技特有のSOスポーツルール

ディビジョニング

AbuDhabi-Athletes-12 march2 - Excel

Bestand Start Invooegen Pagina-indeling Formules Gegevens Controleren Beeld Help Vertel wat u wilt doen Tycho van der Werff Delen

A1 X ✓ f poule

	A	C	D	E	F	G	H
40							
41	28	Jasmin	Siebelitz	SO Germany	22	1	64
42	28	Nyamtsetseg	Altantsetseg	SO Mongolia	20	1	73
43	27	Annika	Hochstatter	SO Estonia	16	1	71
44	28	JENNY	OESTER HALL	SO Sweden	21	2	66
45	28	Angelina	Korobeynikova	SO Uzbekistan	18	1	62
46							
47	29	Cornelia	Pichelbauer	SO Austria	31	2	125
48	29	SEVERINE	OUEDRAOGO	SO Burkina Faso	22	1	104
49	29	Denise	Henaghan	SO Great Britain	16	1 a 2	90
50	29	Vivien	Gatfalvi	SO Hungary	22	1	84
51							
52	28	Bimata Zizigan	GNANE	SO Burkina Faso	20	1	59
53	28	Anastasia	Beliaeva	SO Russia	31	1 a 2	64
54	30	Rita	Spruytte	SO Belgium	47	2	54
55	30	Stefanie	Drescher	SO Germanv	32	2	54

Gereed

Blad1 aandacht Blad2 Blad3 pre man pre ladies man poules female poule poc ...

Gemiddelde: 45,24545455 Aantal: 528 Som: 10451,7

11:11 13-3-2019





競技会の流れ

SPECIAL OLYMPIC
WORLD GAMES
ABU DHABI 2019

Head Coaches Meeting	12 March 2019
Training/ Weigh In	12 March 2019
Divisioning	13 March 2019
Opening Ceremony	14 March 2019
Training	15 March 2019
Competition	16-18 March 2019
Award Ceremonies	16 - 18 March 2019
Closing Ceremony	21 March 2019



コーチクリニック

【柔道競技】

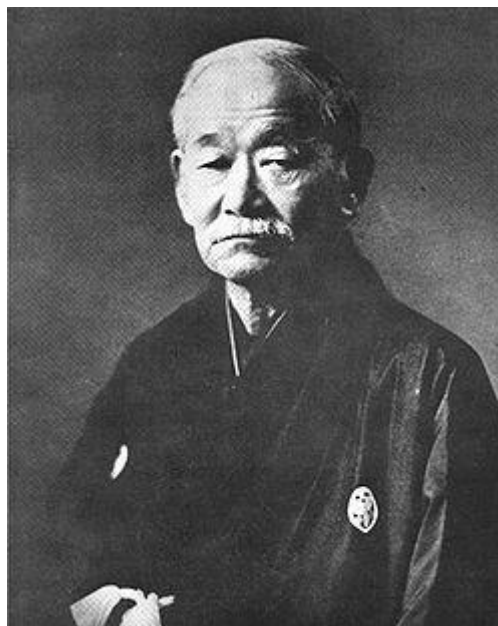
第Ⅱ部 プログラムの展開・安全管理

公益財団法人スペシャルオリンピックス日本
柔道競技 部会

2021年4月改定

※本テキストの無断掲載・複写・改訂を禁じます

柔道の安全管理・安全指導の基本

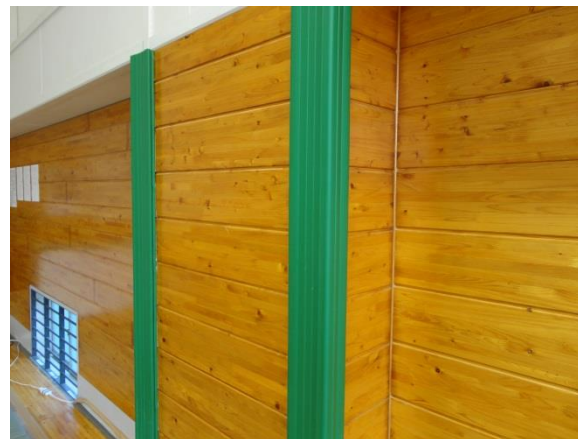


指導の要点

1 柔道場の安全点検

① 畳と衝撃吸収装置の必要性

② むき出しの柱・鉄骨・壁の角 ⇒ 防護マットの設置



③ 畳の入念な清掃 ⇒ 感染症の防止策
(トングランス感染症等)

④ 柔道場の整理・整頓 ⇒ 安全管理の第1歩

指導の要点

服装などの確認

①柔道衣の破れやほころびの確認



②正しい柔道衣の着用法

③手足の爪の管理

自然環境と人間関係への配慮

- ①高温多湿期での配慮 ⇒ 熱中症対策
- ②寒中および暑中の練習での配慮 ⇒ 体調管理と水分補給
- ③アスリート同士の人間関係の把握 ⇒ いじめやしごきの防止



指導の要点

柔道指導計画の重要性

指導は計画に沿って実施する。

⇒ 効果が期待できると同時に安全対策となる。

柔道指導計画の立案の原則

対象者の特性

- a. 年齢 発育発達段階の考慮. 習熟度に応じた指導計画
- b. 環境 アスリートの家庭環境や経済的環境の把握
アスリートの進路等を考慮した指導計画の作成
- c. 目標 アスリートの目標を把握した上での目標設定を行い、
指導計画を作成する。



柔道指導計画の立案の原則

対象者の特性

- d.指導の期間 アスリートをどのくらいの期間にわたり指導するのかを考慮し、練習計画を立案する。
⇒ 選手の競技人生のどの部分を指導するのかを把握する。
- e.選手の性格 アスリートの性格によって、アドバイスの仕方や内容を考慮する。



指導の要点

柔道指導計画立案の準備

- ①練習手段の収集 ⇒ 柔道の指導書や他チームから
- ②練習手段の分類 ⇒ 過去の練習手段の再検討
- ③指導プログラムの作成 ⇒ 分類した練習手段を難易度や実際の動きに近い基準に従って整理する。





柔道指導上の注意

(1) 指導前(練習前)の注意点

- ①選手の年齢、性別、体力、競技レベル、健康状態の把握
- ②選手の競技レベルに合わせた練習メニュー
- ③初心者に対する配慮





柔道指導上の注意

(2) 指導中(練習中)の注意点

- ①危険が伴う場合はすぐに中断させる。
- ②段階的指導(基礎から応用へ)
- ③休憩時間と水分補給の設定(おおむね30分に1回)
- ④接触事故の防止(間隔をとる・間に人がはいるなど)





柔道指導上の注意

(3) 練習後の注意点

- ①練習後は必ず整理運動やストレッチを行い、指導者はアスリートの様子を観察する。
- ②全体練習後に、指導者は練習の反省点や課題を伝える。



怪我が起きた時の対応

- (1) 冷静沈着な行動
- (2) 傍観者を遠ざけ、リーダーシップを取る
- (3) 現場の状況を記憶し、証拠品を保存する
- (4) 応急手当てを心がけ、すみやかに病院への搬送を行う



指導の要点

指導者の責任

近年、柔道事故の増加とともに、訴訟に至るケースが増えている
指導者は、事故防止のために果たすべき安全配慮義務を遵守し
なくてはならない。

【これからの指導者像】

- ・ 柔道の専門的な知識・技能及び指導技術に優れている人
- ・ 柔道に対する情熱を持ち、アスリートに対して愛情を持って指導する人
- ・ 事故を未然に防ぎ、万が一の場合でも適切に処置できる人





指導の要点

稽古心得三か条

その一	正しい技と受け身を身に付けよう
その二	相手を尊重し、無理のない稽古をしよう
その三	服装・道場の安全点検をしよう





練習の進め方八か条

その一	簡単な動きから難しい動きへ
その二	低い位置から高い位置の動きへ
その三	ゆっくりした動きから早い動きへ
その四	弱い動きから強い動きへ
その五	止まった位置での動きから移動した動きへ
その六	一人での動きから相手との動きへ
その七	基本の動きから応用した動きへ
その八	単純な動きから複雑な動きへ





コーチの心得

- ◇ アスリートの大切な命を預かる気持ちで
- ◇ SOの精神、ルールを理解
- ◇ アスリートが最高のパフォーマンスを発揮できる準備とチャレンジ、そして賞賛の機会を
- ◇ 日常生活においても良いお手本で
- ◇ いろいろな価値観を認めることができる
- ◇ 人と人との交流や人間関係を大切にする
- ◇ ユーモアと楽しみ
- ◇ 緊急時の対応を共通理解しておく
- ◇ 知的障害の理解
- ◇ 結果は急がず根気よく





Respect





ユニファイドスポーツ

- ☆ ユニファイドスポーツ(Unified Sports)とは、知的障害のある人となない人でチームを作り、練習や試合を行い、スポーツを通じてお互いに相手の個性を理解し合い支え合う関係を築いていく取組です。
- ☆ 障害の有無を越え、スポーツを通じて喜びや悔しさ、達成感など様々な経験を共有することにより、お互いの理解を深め、友情を育むことを目指しており、社会的インクルージョンの実現を促進することを目標としています。
- ☆ ユニファイドスポーツでは、同年齢で競技レベルも同程度の人が集まることによって、より楽しく、より真剣にスポーツにチャレンジする環境を作り出します。





ユニファイドスポーツ（柔道の取組み）

投の形



競技場内ではチームメイト、

競技場外では友人であるということ。

