



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 2021年 9月改定





ユニファイドスポーツの 認定コーチ資格について

■ ユニファイドスポーツ コーチクリニック受講資格

- ・ 認定コーチ、あるいは
今後認定コーチになることを希望する方（競技は不問）

※ 事前にゼネラルオリエンテーションの受講経験があることが望ましい。

■ ユニファイドスポーツの認定コーチ 認定条件

以下すべての条件を満たす方が認定の対象となります。

- ✓ ゼネラルオリエンテーション
- ✓ アスリート 理解
- ✓ 該当競技のコーチクリニック（座学・実技）
- ✓ ユニファイドスポーツ コーチクリニック
- ✓ 該当競技のユニファイドスポーツプログラムでの
10時間（5回）以上の実働経験

※ トラディショナルプログラムは該当しません



今日のコーチクリニックで 皆さんへ伝えたいこと

- ① ユニファイドスポーツが目指していること
- ② ユニファイドスポーツの3つのモデル
- ③ ユニファイドスポーツを成功させる6つの鍵
- ④ チームの作り方

スポーツルール第1章 総則
「ユニファイドスポーツ」を確認しましょう



Section 1:



概 論



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 どのような社会か？

ビデオファイル



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**が共にチームを組み、スポーツを楽しむ取組です
- 競技能力に関わらず、誰でも参加することができます
- **ほぼ同数の**アスリートとパートナーが**チームメイト**となります
- 3つのモデル、**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**があります
- **継続的トレーニングと競技会**を行います※1
- **現行のスペシャルオリンピックス公式スポーツルール**を使用して競技します※2
- 障害のある人**だけではチーム編成をしません**
- アスリートとパートナーは **同程度の年齢と競技能力**
- **年齢と競技能力をもとにディビジョニング**を行います※3





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



スペシャルオリンピックス・ユニファイドスクール

【定義】

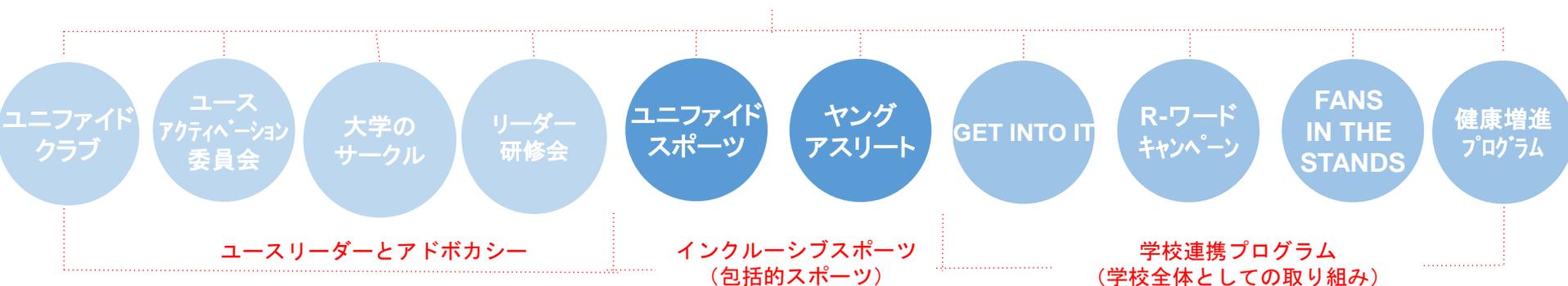
ユニファイドスポーツ®の機会を生徒や学生に提供している学校、大学。

ユースリーダーが活動を主導すること、学校全体としての取り組みとすることが推奨されます。



Special Olympics Unified Schools

実践例





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



ユニファイドスポーツ 3つのモデル

ビデオは
コーチクリニック時に放映します。



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	競技性の高いモデル。 <u>チーム競技のチームメイト</u> 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 能力の低いチームメイトの能力や戦略を上 達させることを補佐しながら、 (左の)ユニファイドスポーツ®を目指すモデ ル。 <u>チーム競技のチームメイト</u> として、競技 やトレーニングに参加。	アスリートとパートナーのための 包括的なレクリエーションの機会。 社会参加や競技能力、知識の向 上を推進するもので、学校や地域 のクラブ、公私問わず様々な場所 で開催できる。
構成	アスリートとパートナーは ほぼ同数。	アスリートとパートナーは ほぼ同数。	制限はない
ルール	SOスポーツルールに従う。 (必要な競技技術や戦略 を身につけておく)	チームメイトが同程度の競技能力で あるということに関する条項を除き、 SOスポーツルールに従う。	制限はない
年齢	同程度	同程度	制限はない
競技 能力	同程度	同程度でなくとも構わない	制限はない
その他	アスリートとパートナーの年齢・ 競技能力の組み合わせは 競技ごとに定義	・アスリートとパートナーの年齢・競技能力 の組み合わせは競技ごとに定義。	



ユニファイドスポーツ・コンペティティブ

特徴

競技性がある
(ディビジョニングをし、勝敗に基づき順位を決めます)
知的障害のある人とない人がチームメイトとして継続的トレーニングと競技会に参加する

構成

アスリートとパートナーはほぼ同数

ルール

変更することなく、SOスポーツルールに従う
参加者は競技に必要な技術や戦略を理解し、身につけている必要がある

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)

競技能力

同程度

その他

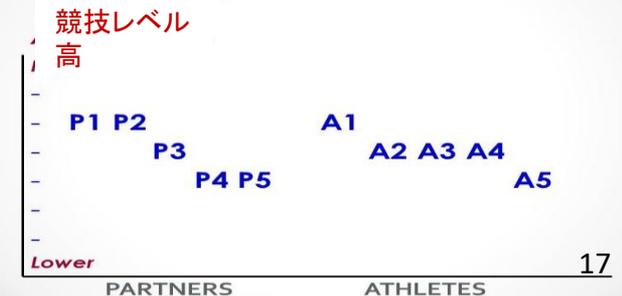
アスリートとパートナーの年齢・競技能力の組み合わせは競技ごとに定義※1

順位を決定し表彰を行う

国際レベルの大会へ進出できる

【注記】※1 SOスポーツルール第I章 総則を参照のこと

Profile of Unified Sports Team
Competitive Model





ユニファイドスポーツ・プレーヤーデベロップメント

特徴

高い競技能力を持つプレーヤーが、競技能力の低いチームメイトの技術や戦略を上達させることを補佐する。

ユニファイドスポーツ・コンペティティブのチームを構成する前段階に適したモデル。

競技能力の高いプレーヤーはメンターの役割を担うが、あくまでもコーチではなくチームメイトとしての参加。

構成 ルール

アスリートとパートナーはほぼ同数
プレーヤーの役割設定、意義ある参加（誰もが活躍する）の確保、特定競技者による試合の独占を防ぐためのルール変更

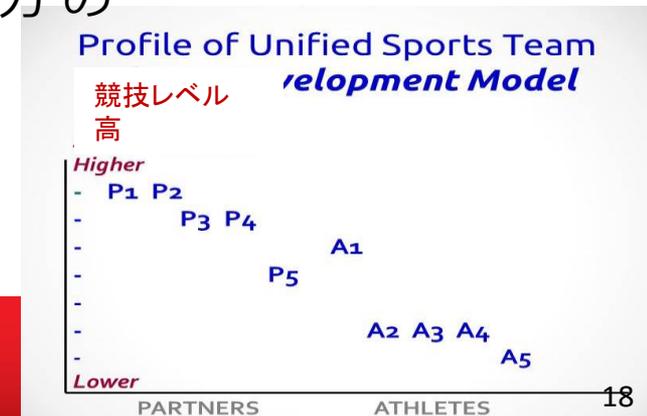
年齢

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)

競技能力 その他

同程度でなくとも構わない
アスリートとパートナーの年齢・競技能力の
組み合わせは競技ごとに定義※1
国際大会へ参加する機会はない

【注記】※1 SOスポーツルール第I章 総則を参照のこと





ユニファイドスポーツ・レクリエーション

特徴

アスリートとパートナーのための包括的なレクリエーションの機会。

社会参加や競技技術、認知の向上を推進するもので、学校や地域のクラブ、公私問わず様々な場所で開催できる。

構成

アスリート／パートナーが全体の25%以上であること

ルール

制限はない

年齢

制限はない

競技能力

制限はない



ヤングアスリートプログラムでのユニファイドスポーツ体験の様子



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への順守





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

- プレイヤーは競技に必要な技能を有し、またルールや戦略についても理解していること
- 一人一人が自分の長所を生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
- 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





3分間ドリル

意義ある参加をしているチーム、できていないチームの例を考えてみましょう。

グループで話し合える場合

- 4~5人のグループを作り、発表者を決めます
- 3分間でトピックについて話し合ってください。
- グループごとに話し合った内容を発表して下さい。ただし、長くならないようにポイントを一つに絞って話して下さい。





1. 意義ある参加の原則

ビデオは
コーチクリニック時に放映します。



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
- 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
- プレーヤーの競技レベルにあっていること
- 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. 有資格コーチによる指導

ビデオは
コーチクリニック時に放映します。



3. 有資格コーチによる指導

コーチはユニファイドスポーツのコーチクリニックを受講し、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
- 全てのプレーヤーがチームに貢献するよう導く
(全員が活躍するチーム)
- 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（ドリルや基礎練習）
- プレーヤーの技術と、チームでの役割を適合させる
- 競技技術の低い競技者の長所を最大に生かすチーム戦略を組み立てる



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
- コーチングをし、競技には参加しない
- 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

ビデオは
コーチクリニック時に放映します。



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、試合中の自信、
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…特に団体競技の場合には、他のメンバーと仲良くできるか
2. メンバーを募集する場所は？
学校、地域の団体（ボーイスカウト、ライオンズクラブ）など
3. チームを構成する：
 - A) スキルテストとミニゲームで評価し、それを基にチームを構成する
 - B) 年齢（8～13歳：3歳差以内、14～17歳：5歳差以内、18歳～：20歳差以内）
 - C) それぞれのチームはユニファイドスポーツのどのモデルが適しているかを判断する



ユニファイドスポーツ チームメイトガイドライン

※ “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、チームでの経験をコート外でも生かすこと
- 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

- シーズン中は8から12週間のトレーニングと、競技会を行う
→ 継続的に練習することで、競技スキルを習得するだけでなく、チームメイトとの絆を築くことができます
- 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を作るためのヒント

- 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をしたり、ほめたりしましょう。





6. ディビジョニングと公式ルールへの遵守

- 国内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
- 登録人数とラインナップはスポーツルール総則を参照
- 競技能力別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
- 競技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への遵守

- 意義ある参加の原則を遵守する

コーチ、競技運営者は意義ある参加の原則を確認する役割がある
ユニファイドスポーツ評価委員会がチェックする場合がある
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





ユニファイドスポーツ® チームづくり

ビデオは
コーチクリニック時に放映します。



ユニファイドスポーツ® チームづくり ～バスケットボール～

【ステップ1】 Unified Basketball Skills Assessment Test (UBSAT) を使って、個人のスキルを測定する

～ 説明 ～ ※各 1 分間実施する

«ドリブル» 12mの直線上に2m間隔で設置したコーンを交互にドリブルで回った回数

«シュート» ゴール地点から半径2.75mのライン(半円)外から、シュートできた本数

«リバウンド» コーチがバックボード等に打ったボールをリバウンドした回数

実施後、3種目のそれぞれの結果を合計した点数を算出する。

なお、個人のプレーに関する特記事項(点数に反映されない点等)はメモしておく。



【ステップ2】 ミニゲーム用チームをつくる

ステップ1で行ったUnified Basketball Skills Assessment Tests (UBSAT) のスコアを基に各チームの合計点が近くなるようにチーム分けを行う。

	チーム 1	チーム 2	チーム 3
アスリート	1	2	3
	6	5	4
	7	8	9
	12	11	10
パートナー	3	2	1
	4	5	6
	9	8	7



【ステップ3】 ミニゲームを繰り返す

① 各チーム、ミニゲームで対戦し様子を見る。

【ポイント】

- 競技技術が同程度であるか？
- 試合を独占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？（全員がベストを尽くすことが大切）

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



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 プレー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**



Transforming lives together, every day!