

ユニファイドスポーツ コーチガイドライン

スペシャルオリンピックス ユニファイドスポーツの実質的なコーチとなるためのガイドライン

必要な知識を持つ

スポーツに関する知識 - コーチは、当該スポーツやルールに関する深い知識を持つこと。加えて、その知識を練習や競技会において適切に用いることが可能でなければならない。コーチは、当該スポーツ(競技)について、新たな練習方法、ゲーム戦略についての知識をさらに深めるため、また他のコーチとアイデアを共有するために、認定されたコーチ教育課程に参加しなければならない。

スペシャルオリンピックスに関する知識 - スペシャルオリンピックス各組織は、ユニファイドスポーツのトレーニングを、ユニファイドスポーツ単独のトレーニングセッションとして、あるいは各スポーツ(競技)のトレーニングの一部としてユニファイドスポーツのトレーニングを取り入れる形で提供することができる。

ふさわしいチームメンバーを選ぶ - すべてのチームメンバーは、競技ごとに定められたとおり適切な年齢、能力にもとづいて選考されなければならない。さらに、チームメイトとしての役割を理解し、受け入れ、ユニファイドスポーツの理念を守り、スポーツマンらしい態度で参加しなければならない。

コーチと選手を兼任しないこと - チームスポーツ(例:バスケットボール、ソフトボール、サッカー、バレーボール、フロアホッケー、ハンドボール、フラッグフットボール)は、競技をしないヘッドコーチが必要である。これらの競技では、コーチにとって、チームメンバー同士のコミュニケーションを調整することが最優先である。競技をしないコーチがいるということは、この重要な視点を失わずにすむということである。

練習に努力を注ぐ - コーチはチームメイトが全員、トレーニングに毎回参加するように働きかけなければならない。これにより、競技スキルを高め、チームワークや仲間意識を強め、大会や競技会でのパフォーマンスを磨くことができる。コーチは、ウォームアップ、ストレッチ、競技スキルの上達、戦略、競技の実践的な練習、クールダウンを含めた練習計画を立てなければならない。各競技者は、有資格のコーチの指導のもと、週に1度、最低1時間~1時間30分のチーム練習を行う。もちろん、一週間に一度以上の頻度で練習をする方がより有益である。競技会に参加するために、各チームメンバーが練習に何回参加しなければならないかの最低限の基準を設定しておくべきである。

チームのメンバー全員を指導し、自分の指導スタイルを各競技者の学習ニーズに合わせる - チームの各メンバー(アスリートとパートナー)はコーチの指導を受ける必要があり、そのうえで、有資格のコーチの指導を参考にしていよい影響を受けることとなる。コーチがおかしやすい大きな間違いのひとつは、能力が低い競技者だけ、あるいは能力の高い競技者だけを指導することである。この際、チームのメンバーの何人かは、優越感を感じる人がいるかもしれないし、他のメンバーは疎外感を感じるかもしれない。チーム内のすべての競技者が等しく指導を受ける権利がある。さらに、競技者は修得の過程もそれぞれなので、コーチは全員を指導することが重要である。また、コーチは、自分の指導方法を各競技者のニーズに合わせるという能力、またチームメンバー一人ひとりがコンディションを整え、ス



キルを磨き、チームワークに参加するような方法を見つける能力を持つ必要がある。

チームワークを求める - すべてのチームメンバーが有意義に参加できるようにするためには、誰か一人が試合を独占するべきではない。これはユニファイドスポーツの理念に反することである。最初の練習段階から、最終の競技会段階まで、しっかりしたチームワークのアプローチが常にそこにあるべきである。コーチは、各競技者がチームにとって有意義な形で貢献できるように、各競技者の役割を特定するべきである。

練習や競技会よりも価値の高いこと - チームが競技場の外で関係性を築こうとする努力をサポートする。「フィールドの中ではチームメイト、フィールドの外では友だち」がユニファイドスポーツのモットーである。