

～那須地区の小学校及び義務教育学校（前期課程）における部活動・スポーツ少年団活動の手引～

～ 指導方法を振り返ってみましょう ～



- あいさつやマナーの指導を大切にしている。
- 活動時以外にもあいさつやマナーが生きるような指導を心がけている。
- 勝ち負けよりも、そのスポーツの楽しさを味わわせるための指導をしている。
- レギュラー中心の練習のみではなく、すべての子供たちが満足できる練習を心がけている。
- 子供たちの発達段階や個人差を考え、指導している。
- 子供の表情や様子などを見て、心身の健康状態や練習内容を考慮している。
- 大声や暴言を吐いたり、たたいたりしないようにしている。
- 子供たちのミスを責めるより、できたところを褒めるように心がけている。
- 常にけがや事故が起きないように心がけている。
- 精神論に頼る指導ではなく、様々なトレーニング方法を用いた指導を心がけている。

<指導者の心構え>



- **活動を通して育まれる資質・能力を意識する**
自主性や自己肯定感、責任感、連帯感などの育成を目指しましょう。
- **子供たちの良い手本となる行動をする**
子供たちの良い手本となるよう、場にふさわしい行動をとりましょう。
- **子供たち一人一人を理解して指導する**
子供たちの心と体の健康状態をチェックし、発達の段階や個人差を考えた指導をしましょう。
- **試合に勝つことのみを目標にしない**
まずは、そのスポーツの楽しさを教え、すべての子供たちが満足できる練習を心がけましょう。
- **活動中の言葉遣いには気をつける**
子供たちの伸びや頑張りを認める言葉かけをしましょう。感情的に否定的な言葉を使うことは避け、絶対に暴言を吐くことはやめましょう。
- **指導法を工夫する**
自分自身の経験や精神論に頼る指導ではなく、子供のよさを伸ばせる指導の方法を学び、指導者としての資質向上に努めましょう。

<活動日数・時間>



- 平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日は少なくとも1日以上を休養日とする

「1週間に2, 3回が無理のない活動」※「スポーツ少年団とは」(H30.4)日本スポーツ協会発行
「体ができていない小学生では、クラブ活動のような強い運動は、週3日以内に抑え、最低でも週1日以上を休養日をとるべきである。」

※「子どもを元気にする運動・スポーツの適正実施のための基本指針」(H23.8)日本学術会議提言

「平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日は少なくとも1日以上を休養日とする。」

※「栃木県運動部の在り方に関する方針」(H30.9)栃木県教育委員会発行

・特に翌日学校がある場合には、疲れが残らないよう練習試合を早めに切り上げましょう。

- 1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、学校の休業日は3時間程度とする

「1日に2～3時間程度が無理のない活動」

※「スポーツ少年団とは」(H30.4)日本スポーツ協会発行

「1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、学校の休業日は3時間程度とする。」

※「栃木県運動部の在り方に関する方針」(H30.9)栃木県教育委員会発行

- 毎月第1日曜日の「部活動休養日」、第3日曜日「家庭の日」は、休養日とする。

部活動休養日とは(毎月第1日曜日)

大田原市、那須町、那須塩原市がそれぞれ、部活動を行わないと決めた日です。

家庭の日とは(毎月第3日曜日)

家庭は、最も大切な家族のよりどころであり、毎日が楽しくあるようにと願っていても、ともすれば家族のふれあいは薄れがちです。家庭は、青少年が親や家族から基本的な生活習慣や規範意識の基礎を身につけ、人格を形成する上で大きな役割を担う大切な場です。



家庭の日

家族みんなが話し合う機会をできるだけ多くもつことにより、親と子が絆を深め、明るく楽しい家庭づくりを進めるきっかけとするために、県では毎月第3日曜日を「家庭の日」と定め、「家庭の日」の取組を推進しています。(栃木県のホームページより)

<参加大会・練習試合等の精選>

- 新しいチームになったとき、あるいは新年度を迎えたときに、参加大会数が多くないか、子供たちや保護者の過度な負担にならないかを考え、学校行事を最優先した年間の活動計画を保護者・指導者・学校担当者で作成しましょう。
- 練習試合は、子供たちや保護者の負担にならない範囲で実施し、3時間程度で終了するように企画運営しましょう。

※ 新型コロナウイルス感染症対策に努めましょう。

※「未来にはばたけ」は那須教育事務所ホームページからダウンロードできます。

那須地区市町教育委員会連合会発行