



スポーツ庁
JAPAN SPORTS AGENCY

スポーツ指導に携わる方に読んでいただきたい

障害のある方への スポーツ指導・関わり方 入門ハンドブック

ー パラスポーツが持つ可能性 ー



皆さん
これ知ってますか？

障害のある方に初めてスポーツを指導する方や
したい方の**スポーツ指導の入口**として活用下
さい！

障害の有無に関わらず、様々な方々への指導に
も役立つよう作成しました。

また、私が行った、**アスリートへのインタビュー**も
紹介していますので、是非ご覧ください！



スポーツ庁

ハンドブックのダウンロードはこちらから



このハンドブックって？

- 運動・スポーツを行うことは、健康の維持増進や体力の向上、**ライフパフォーマンスの向上**※等の効果が期待されている一方で、障害のある方がスポーツに親しむ機会は十分なものとはなっていません。この背景の一つに、指導者など周囲の障害に関する理解不足も考えられます。
- 本ハンドブックは、障害のあるなしに関わらず、指導者がスポーツを実施する方の**特徴を踏まえた多様な指導方法を習得することで、インクルーシブなスポーツ実施環境の整備**の一助となることを目的に、スポーツ庁において作成したものです。

※ライフパフォーマンスの向上：それぞれのライフステージにおいて最高の能力を発揮できる状態

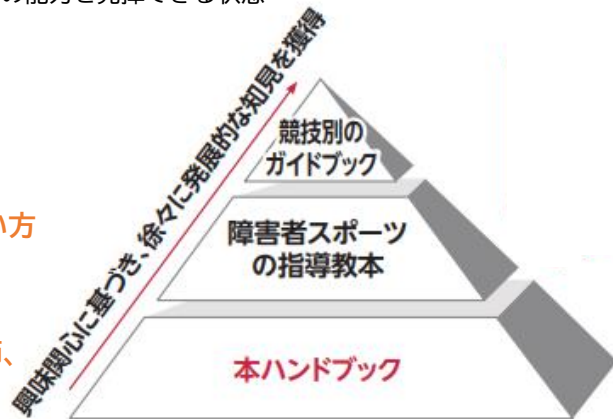


こんな方・こんな時に読んでほしい！

- ✓ 今まで障害のある方のスポーツに関わる機会がなかった方
- ✓ これから障害のある方のスポーツ指導を始める方
- ✓ 日頃活動しているチームやクラブ等で、障害のある方とない方が一緒に参加する時



例えば、地域のスポーツ指導者・ボランティア、学校の教師、リハビリテーション専門職などです。



- 本ハンドブックを**入口**として、障害のある方へのスポーツの指導の興味関心が高まるとともに、障害のある方への指導を通じて、様々なノウハウを得ることにより、**運動の苦手な方や子ども・高齢者への指導等、指導の対象や範囲（年齢や運動レベル等）の拡大**も見込まれます！



ハンドブックの構成は？

第一章	パラスポーツの基本 ・スポーツを実施する効果 ・パラスポーツの現状
第二章	障害のある方へのスポーツ指導の入口 ・スポーツを指導する際の心構え ・スポーツを実施するための環境整備 ・スポーツを実施するための工夫 ・指導対象者とのコミュニケーション ・障害のある方へのスポーツ指導のメリット
第三章	障害のある方へのスポーツ指導の実践 ・各障害の代表的な特徴、指導対象者の特徴を把握する際のポイント、指導のポイント ・【コラム】室伏長官がアスリートの能力の秘密に迫る！ スポーツとの向き合い方や指導者など周囲の人たちから受けた指導・サポートなどについて、室伏長官がアスリートにインタビューした内容の紹介 など



ハンドブックの特徴

- 指導の実践に先立ち、スポーツの価値や効果、指導にあたっての心構えなどを解説
- 第3章「障害のある方へのスポーツ指導の実践」では、6つの障害の種類ごとに、それぞれの障害の特徴や指導方法、安全管理について、「指導のポイント」「指導者へのメッセージ」等として記載
- 室伏長官によるアスリートへのインタビューを含めた事例の紹介や、更に知見を深めるための参考情報も掲載



本ハンドブック作成に当たって協力いただいた方々(五十音順、敬称略)

検討委員 相澤純也（順天堂大学）、太田澄人（長野県障害者福祉センター）、緒方徹（東京大学医学部附属病院）、上出杏里（国立成育医療研究センター）、栗原洋和（日本スポーツ協会）、駒田惇（日本スポーツ協会）、澤江幸則（筑波大学）、瀬尾泰広（東京都教育庁指導部）、高山浩久（東京都障害者総合スポーツセンター）、鳥居昭久（東京保健医療専門職大学）、中澤公孝（東京大学大学院）、中島幸則（筑波技術大学）、細川健一郎（国立障害者リハビリテーションセンター）、三上真二（日本パラスポーツ協会）

オブザーバー（パラスリート） 大西瞳（陸上）、木村敬一（水泳）、手塚圭太（陸上）、豊島英（車いすバスケットボール）



ハンドブックのダウンロードはこちらから

