

## 南砺市スポーツ少年団活動にあたっての心構え

### 【過度な勝利至上主義に陥らないようにする】

スポーツ本来の目的が、心と体の健全育成であり、勝つことは一つの目標であると理解しつつ、実際は、結果主義、否定的な評価などから、勝利至上主義に陥っているチームがある。楽しくスポーツを行うように心がけて活動を行う。

### 【週の練習日は3日以内とする。土日のいずれかは休養日にする】

学習や家族との時間、地域行事への参加、団体活動ができるように、子どもたちの自由時間を確保する。4日以上練習する場合の施設使用料は単位団負担とする(中学生、高校生も含む)。なお、スポーツ少年団はスポーツを中心としたグループ活動を行う団体で構成されており、個々の活動を行うところではありません。したがって個々での活動は個人練習となるため自己負担で活動すること。

### 【翌日に学校がある場合は、疲れが残らないようにする】

学校がある前日の夜遅くまで練習をしたり、遅くに大会から帰ってきたりしたために疲れが残り、学業に集中できない子どももいるので、そういうことがないように練習時間、帰宅時間に配慮する。

### 【1回の練習時間は、子供の体力に十分配慮し、途中で休憩時間を設ける。】

平日の練習は2時間程度、休日は3時間程度とし、できるだけ合理的・効果的な活動を行う。大会数の増加などから練習時間が長くなる傾向にもなっている。低年齢から活動するチームも増えているので練習時間や内容、体力や年齢の違いに配慮する必要がある。

### 【指導力を高めるために、研修会等に積極的に参加する】

指導者自身の経験と勘に頼った指導するのではなく、よりよい指導ができるように、体や心の仕組み、トレーニング法などを勉強し、指導者の質を高める。体的・精神的暴力及び言葉の暴力、セクシュアルハラスメント、差別などに気をつけ、発育発達や技能レベルなどを十分考慮した指導をするとともに、子どもたちの手本となるような言動を心がけることが必要。

#### 「フェアプレイ7ヶ条」

1. 約束を守ろう
2. 感謝しよう
3. 全力を尽くそう
4. 挑戦しよう
5. 仲間を信じよう
6. 思いやりをもとう
7. たのしもう

(公財) 日本スポーツ協会より抜粋