



Life with Sports

スポーツともだち 仲間たち



Saitama Junior Sport Clubs Association



No. 62



PICKUP PHOTO

上段：喜沢剣信会

下段：(左から) 熊谷リリーズ / けや
きミニバスケットボール男子

子どもたちを支える環境づくり

最近多くのスポーツで、若い世代が活躍し、結果を残しています。選手自身が幼少期から様々な努力を積み重ねてきたことは言うまでもありませんが、その陰には、支える大人たちがいることも忘れてはいけません。選手を支え、育していくための良い環境なしには、スポーツにおける成長の道が拓けないと言っても過言ではないのです。スポーツ少年団では、子どもたちの心と体の成長を願いながら、スポーツにおける歓びを感じられるような環境を整えるために、指導者・役員、そして育成母集団を構成する大人たちが関わっています。

選手を育てるという視点で考えると、これまで「プレイヤーズファースト」という言葉とともに、選手を最優先とした指導や運営の方法が語られてきました。しかし、これから時代に、「支えるスポーツ」の質を高め、環境を整えていくためには、「プレイヤーズセナード」という考え方方が望ましいと言われています。選手を中心として、周りにいる大人たちも成長していく。そんな考え方を、みなさんの団でも取り入れてみてはいかがでしょうか。

特集

◎ 単位団でリーダーを 育てよう

◎ ペップトークから学ぶ、 子どもへの声かけと関わり方

- ・ 埼玉県スポーツ少年団 60周年記念事業
- ・ スタートコーチインストラクター研修会
- ・ 指導者現地研修会
- ・ スポ少フォト募集
- ・ Special Thanks

埼玉県スポーツ少年団だより

2023年（令和5年）3月31日発行



本紙はスポーツ振興くじ助成金を受けて作成しております。



単位団で リーダーを 育てよう

小学生団員は楽しみに待っている

小学校5、6年生を対象とした市町村レベルのジュニア・リーダースクールで、「リーダーが、どんなお兄さんお姉さんだったら、活動が楽しくなると思いますか?」という質問をしたところ、次のような答えが返ってきました。

リーダーが、どんなお兄さんお姉さんだったら、活動が楽しくなると思いますか?

- ・明るくて元気
- ・笑顔が素敵
- ・優しい
- ・みんなをまとめてくれる
- ・一人ひとりをちゃんと見ていてくれる
- ・話をちゃんと聞いてくれる
- ・えこひいきしない
- ・失敗したときに励ましてくれる
- ・切り替えができる
- ・ダメなことは叱ってくれる
- ・いろいろと知っている
- ・教え方がうまい

実際の活動を通して考えてくれた小学生の意見は、リーダーとして必要な資質をきちんと捉えています。リーダーを育てるにはこんな声を意識しつつ、一人ひとりの良さを伸ばしながら、個性豊かなリーダーを育てていきましょう。



国は令和5年度から休日の中学校の部活動を地域のスポーツクラブなどに段階的に移行していく方針を示しています。スポーツ少年団もその受け皿として期待されていますが、プレイヤーとしての中学生の受け入れとともに、本来、スポーツ少年団が想定していたリーダーとして受け入れ、育てていきましょう。

団員と一緒に活動させましょう

スポーツ少年団に入ったのですから、自ら身体を動かしたいはず。スポーツを「する」ことで楽しみたいはず。ならば、団員と一緒に活動をさせましょう。その時に、「どうしたら団員がスポーツを好きになることができるか」「どうしたら団活動を長く続けさせることができるか」「どうしたら団員が心おきなく活動できる条件をつくることができるか」を考えながら活動させるとよりよいでしょう。

楽しくプレーさせましょう

リーダーを活動の良い雰囲気作りの“源泉”にしましょう。リーダーの元気と笑顔が団員の元気と笑顔を作ります。まず、リーダーが団員たちを好きになり、リーダーがスポーツ・スポーツ少年団活動を好きになることで、団員たちも自然とスポーツ・スポーツ少年団活動が好きになります。

デモンストレーション（模範・手本となるプレー）をさせましょう

「みんなの前で」手本のプレーをすることは、団員と一線を画す特別な存在になります。練習メニューの切り替えの指示なども積極的に出させましょう。中学生にとっては存在意義や自己肯定感につながり、小学生団員にとっては将来「○○さんのようになりたい」という憧れにつながります。

団員のプレーにプラスの声掛けをさせましょう

団員一人一人のプレーに目を配らせましょう。その時の声掛けが、活動の雰囲気を良いものにします。特に年少者のプレーには、まず、褒めることを心掛けましょう。身体を動かすことが楽しくなるような声掛けが次の活動につながります。生涯にわたってスポーツに関わる入口ですので、大切にしたいものです。

安全を最優先させましょう

団員が思いっきり活動できるようにするためにも、安全面の配慮を心掛けさせましょう。活動前に、施設・用具の点検をする、活動中の悪ふざけや危険な行為を注意できるようにしたいものです。活動中の団員の変化にも目を配り、無理に活動させないようにさせるのも大切です。



リーダーが輝く企画を

日常の団の活動に慣れ、リーダーという立場を少し理解し始めたなら、彼らに任せる企画を立てさせましょう。

リーダーが輝ける企画例

- レクリエーションゲーム・ダンス
- ニュースポーツ・創作スポーツ大会
- 野外活動 オリエンテーリング キャンプ キャンプファイヤー
- クリスマス会・お楽しみ会

リーダーの進行で盛り上がりも倍増

指導者の中には、このような分野を苦手とする方々も少なくありません。また、年齢の近いリーダーが進行した方が盛り上がりもします（もちろんリーダーに負けない指導者もたくさんいらっしゃいます）。全ての団員の注目を浴び活動しているリーダーは、団員にとって憧れの存在であり、リーダーにとってもスポーツ少年団活動のやりがいを感じるときです。

ノウハウ、テクニックは…

その知識や技術・技能は『埼玉県ジュニア・リーダースクール』や『リーダー会活動』で身につけることができます。『埼玉県ジュニア・リーダースクール』では、レクリエーションプログラムの作り方や進め方を実際のレク材（ゲームやダンス）を使って理解し、実践できるまで高めていきます。『リーダー会活動』では、団員を集めて実践し、経験値を高めていけます。本格的にレクリエーションを身につけたいのなら、

レクリエーション・インストラクター等の養成研修会に参加するのも良いでしょう。

長い目で、温かい目でやらせてみて、見守って

初めはぎこちなく、頼りないかもしれません、経験を積めば積むだけ力となり、やがて安心して任せられるようになります。初めから全て完璧にできてしまうリーダーなどいません。口を出したくても、手を出したくてもぐっとこらえ温かく見守ってください。プログラムが終わったあと、「よくやったね」という声掛けと、プラスの評価をしてあげてください。リーダーを育てるることは一朝一夕にはいきません。



「将来の指導者」を意識して

「リーダー」の育成は、将来のスポーツ少年団指導者を育成することも目的に行われています。スポーツ少年団の理念は、早い段階から教え心掛けさせたいもののひとつです。

スポーツ少年団の理念

- 一人でも多くの青少年にスポーツの歓びを提供する
- スポーツを通して青少年のこころとからだを育てる
- スポーツで人々をつなぎ、地域づくりに貢献する

これらの「スポーツ少年団の理念」をベースに、これからスポーツ少年団の方向性である「勝利至上主義を否定し、スポーツの本質である自発的な運動（遊び）から得られる『楽しさ』を享受できる機会をジュニア・ユース世代に提供する」ことも教えていかなければなりません。

「ペップトーク」から学ぶ、 子どもへの声かけと関わり方

みなさんは普段どんなことを心がけながら、子どもたちに接していますか？「こころとからだを育む」ためには、技術的な指導だけでなく、選手のモチベーションを高めるための声かけも、指導者に求められる大切な要素です。今回は選手のやる気を最大限に引き出すための「ペップトーク」から、子どもたちとの関わり方について改めて考えてみましょう。

ペップトークとは？

ペップトークの発祥はアメリカです。スポーツの試合前に監督やコーチが選手を励ますために行っている短い激励のスピーチのことを指します。「PEP」には「元気・活気・活力」といった意味があります。スポーツの現場において、指導者から選手にどのような言葉をかけるかによって選手たちのモチベーションに大きく左右します。かつては「叱咤激励」によって選手を励ます風潮もありましたが、このペップトークは元気で前向きな言葉によって気持ちを盛り上げていきます。

アメリカの監督やコーチは身体や技術の向上に力を注ぐのと同様にペップトークにも力を注ぐほど重視されています。

では、なぜ、今、ペップトークが必要とされるのでしょうか？

なぜ、今、ペップトークが必要とされるのか？

本題に入る前に、ペップトークの反対の励ましを指す「プッペトーク」を紹介したいと思います。プッペトークは長くてわかりにくいスピーチのことで、目の前の子どもたちを委縮させるような怖い投げかけのことを指します。ペップの反対語という意味での

造語になります。例えば、「負けたらコート 10 周走らせるぞ」のようなものがこれにあたります。今日のスポーツ指導の現場における大きな課題の 1 つに指導者による暴力・暴言があります。「ダメだ」と言われているのになくならないその背景には勝利至上主義の根強さがあります。また、自分のこれまでの経験から手をあげたり厳しい言葉で叱咤激励をすると選手が見違えるように頑張るというような錯覚を覚えてしまうこともあります。

このような環境下で子供たちがスポーツでワクワクすることができるのでしょうか？子供たちがスポーツをすることでワクワクを感じ、その楽しさの経験から大人になってもスポーツが好きでいられるためにはこれまでの指導方法からの脱却が求められているのだと思います。だからこそ、今、ペップトークが必要とされているのです。

どんな場面でどのように使えるか？ (実例集のようなイメージ)

—前向きな声かけでチャレンジを—

子供たちが新しいことにチャレンジをするときによくやる前から「ムリムリムリ」とムリを連呼することがあります。

バスケット教室で初心者に指導をすることがありま

す。新しいことに挑戦することはワクワクドキドキするものだと思いますがある人はやる前から『ムリムリムリ』とムリを連呼してしまいます。そんな時「やってみようやらないでムリなんて言っちゃうとそこで終わりだよ。さあ、やってみよう」こんなふうに言ってチャレンジを促してみます。337拍子のリズムで「できる・できる・必ずできる」と手拍子をしながら応援をしてあげます。

一言葉を変換してみましょう

例えば、指導の現場で何度も説明をしているにも関わらず、うまく理解してもらえていないと感じることがあると思います。このような場面で、どんな風に言葉がけをしますか？少し、感情的になっている場合、「なんで、わからないの？」というような言葉がけになることはありませんか？この場合、子供たちは指導者に責められているような感情になり、自信を失いがちです。そこで、聞きたいことを言葉の転換をすることで、聞き出してみましょう。

「なんで、わからないの？」を「どこまでわかるかな？」に置き換えてみましょう。そうすると、わからなくなっているポイントがわかり、どこから伝え直せばいいのかがわかります。このように、結果は同じことを聞いていてもアプローチを変えてみると、这种方法が効果的です。<図1>

図1：言葉の変換例

- 「急げるな」
 - 「率先してやってみよう」
 - 「なぜ、やらないの？」
 - 「何がやりたいの？」
- 「さぼるな」
 - 「しっかりやろう」
- 「散らかすな」
 - 「整理整頓しよう」
- 「諦めるな」
 - 「最後まで信じてみよう」

参考：一般社団法人 日本ペップトーク普及協会 HP
<https://www.peptalk.jp/>

どんな効果をもたらすか？

ネガティブな表現を用いることで、自分も周りもポジティブになります。ポジティブな思考の一例として、有名な発明家、エジソンのエピソードがあり

ます。彼は、記者からの取材の際に、「1万回の失敗があったそうですね」という質問に対し「私は1万回のうまくいかない方法を発見したのだ」と返したそうです。<失敗>というネガティブな要素をどのように捉えるかでその意味合いが変わってきます。その結果、彼は諦めることなく発明家として偉業を成し遂げたと言えます。

スポーツ指導の現場ではうまくいかないこともたくさんあり、子供たちがネガティブな状況に陥りやすい場面がたくさんあります。そこで、指導者が敢えてペップトークを取り入れることで、子供たちも指導者も前向きに、自信を持てるようになるため、本来持っている力が最大限発揮されるようになります。また、できなかったことへチャレンジする意欲も湧いてくるため、いつの間にかできることも増えています。

何よりも、子供たちがスポーツを嫌いにならず、自発的に楽しみながら取り組んでいくように変化をしていきます。

最後にー

どんなにポジティブな声かけを行っていてもその土台となる力はやはり不可欠です。チームとして大切にしていることを日ごろからコミュニケーションをとっていることで、うまくいかないことがあったときにも戻るべきフィロソフィーがあるので、気持ちの切り替えさえうまくできればちぐはぐとした雰囲気を一気に変えることができます。

また、1人1人の子供たちに「自分のできることからまずはやってみよう」と伝えておくことも大切です。試合で活躍することだけがすべてではなく、ベンチにいてもできること、誰かを励ます声かけをすること、その1つ1つを大切にすることで、日常的にポジティブな雰囲気が作りだされていき、ペップトークが力を発揮する土壤となっていました。

ぜひ、ペップトークを取り入れて、みなさんでチームのドリームセンターになってください。

寄稿者プロフィール

総合型地域スポーツクラブ
NPO 法人ふあいぶるクラブ白鶴
理事長 川島 克夫



60 YEARS ANNIVERSARY

60周年記念式典

令和5年2月19日(日)ウェスラ川越にて埼玉県スポーツ少年団創立60周年記念式典を開催し、各表彰の受賞者並びに市町村スポーツ少年団本部より約120名にご出席いただきました。

主催者として、公益財団法人埼玉県スポーツ協会会長大野元裕埼玉県知事をはじめ、来賓で公益財団法人日本スポーツ協会日本スポーツ少年団遠藤啓一副本部長、川越市川合善明市長にご祝辞をいただきました。



記念講演

「プロチームと地域スポーツの連携」と題して、白戸秀和氏(浦和レッドダイヤモンズ株式会社パートナー・ホームタウン本部 本部長)に、浦和レッズの地域・社会に向けた取り組みから地域スポーツ文化の発展にかける思いなどをご講演いただきました。



作文朗読

安藤海来さん(名細少年野球クラブスポーツ少年団)による「スポーツ少年団をしていてよかったこと」、鈴木亜花里さん(川越山田ジュニアバレーボールス

ポーツ少年団)による「スポーツ少年団活動を通じた感謝の気持ち」をそれぞれ朗読いただきました。



創立60周年記念表彰

創立60周年を記念し、埼玉県及び県内市町村において、スポーツ少年団の育成に尽力した者並びに団員からリーダーを経て指導・育成に携わり、今後も活躍が期待できる者57名の表彰を行い、須澤一男氏(所沢市スポーツ少年団・元県スポーツ少年団副本部長)が代表して授与されました。

表彰者

◆さいたま市:兵藤 明子・吉田 弘一・清水 晴雄・小林 夕紀恵・中野 孝行・小倉 均・岩男 光子
◆川口市:中野 亨・伊藤 昌治・武内 秀美・山下 實 ◆蕨市:宮崎 美千治 ◆戸田市:富田 好一
◆新座市:北原 信介 ◆上尾市:村田 喜代汰・近藤 敏晴・今園 芳子 ◆桶川市:宗像 秀子 ◆北本市:小澤 修次 ◆伊奈町:正木 カヅ子 ◆川越市:栗原 稔・松野 利夫 ◆所沢市:須澤 一男
◆飯能市:関口 正博 ◆入間市:田中 信一郎
◆坂戸市:小鮎 正 ◆毛呂山町:高橋 丙午 ◆越生町:坂本 安男 ◆東松山市:新井 恵次 ◆小川町:杉山 瑞 ◆鳩山町:高橋 昇・宇佐美 明男
◆ときがわ町:細田 清 ◆小鹿野町:加藤 喜一
◆本庄市:渋澤 章好 ◆上里町:高橋 仁 ◆熊谷市:服部 征夫 ◆深谷市:小山 進 ◆寄居町:松本 勇 ◆行田市:田口 英樹 ◆加須市:藤原 豊
◆春日部市:吉田 敏雄 ◆越谷市:菊島 智代子
◆久喜市:戸草内 登・龜田 章一 ◆三郷市:濱谷 竹司 ◆蓮田市:小野沢 努・大熊 晃 ◆幸手市:根岸 孝治 ◆白岡市:八木 清美 ◆杉戸町:大塚国夫 ◆県本部:江田 哲也・桑原 寛・渡部 実和・山本 慶子・千葉 茉衣子・佐々木 崇人



写真提供:埼玉新聞社

創立60周年記念表彰を受けた指導者ら

スタートコーチ インストラクター 研修会

指導者 現地研修会

令和4年12月3日（土）、スポーツ総合センターにて日本スポーツ少年団よりスタートコーチ（スポーツ少年団）インストラクターとして委嘱されている者を対象に、養成講習会の質の向上を目的とした研修会を開催しました。

埼玉県スポーツ少年団の動向に関する情報提供や養成講習会運営に関する意見交換を行い、グループワークでは「インストラクターとして何をどう伝えていくのか」をテーマにディスカッションを行いました。

令和5年1月29日（日）、さいたま市民会館おおみやにて令和4年度埼玉県スポーツ少年団指導者現地研修会を開催しました。今回の指導者現地研修会では、「今、スポーツ少年団に求められていること」をテーマに、少年スポーツ指導に携わる者として、その責務を改めて考える機会となるよう企画しました。

第1部では、埼玉県県民生活部スポーツ振興課より山之内 正隆 先生をお招きし、スポーツ行政のお立場から基調講演をいただきました。

第2部では、同じテーマで埼玉県スポーツ少年団副本部長 長谷川 司 氏、埼玉県スポーツ少年団指導者協議会委員長 大澤 静香 氏、埼玉県スポーツ少年団バスケットボール部会部会長 吉田 弘一 氏の3名をパネリストにお迎えし、パネルディスカッションを行いました。

この研修会が、60周年を迎える、スポーツ少年団に対する期待が益々高まる中、それぞれの団活動がさらに充実したものになるきっかけになれば幸いです。



すべての スポーツに エールを

スポーツくじの収益は、
日本のスポーツを育てるために
使われています。



くじを買うはエールになる

スポーツくじ



スポ少フォト 暑集中！

表紙等、本情報誌に掲載する写真を募集します。

応募方法と注意点は以下の通りです。たくさんの応募をお待ちしています。

応募テーマ

スポーツ少年団活動

応募期間

令和5年4月20日(木)まで

応募方法

撮影した写真データを、県スポーツ少年団事務局宛に電子メールで送付してください。
なお、メール本文には、以下タイトルと①～④の必要事項をご記入ください。

メールタイトル　**スポ少フォト申し込み**

必 要 事 項 ①市町村名 ②単位団名 ③団代表者氏名 ④写真タイトル

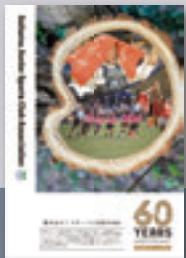
県スポーツ少年団事務局

saitamaken@japan-sports.or.jp

- ・応募する写真データの容量は3メガバイトまでとしてください。
- ・写っている人物に許可をとってから応募してください。
- ・掲載が決定した写真および我が団自慢の応募者にのみ、掲載決定のご連絡をさせていただきます。
- ・応募写真等の著作権は埼玉県スポーツ少年団に帰属し、「情報誌：スポーツともだち仲間たち」に使用させていただきます。

Special Thanks

60周年記念事業として実施した「スポ少フォト」「我が団自慢」にご応募いただいた皆様、また、同事業へご協力いただいた皆様、誠にありがとうございました。埼玉県スポーツ少年団は、これまで積み重ねてきた60年の重みを受け止めつつも、皆様と共に、変化を恐れず、成長し続ける団体でありたいと思います。



ご協力いただいた写真等は、60周年記念誌（左）、埼玉県スポーツ協会広報誌（右）、埼玉県スポーツ少年団コンセプトムービー等にも使用させていただきました。

