日本小学生バレーボール連盟　コンプライアンス委員会

日小連 共育ブック

目　　次

１	はじめに	日本小学生バレーボール連盟　会長	４
２	「共育ブック」を作成した背景	コンプライアンス委員会　　委員長	５
３	コンプライアンス委員会の活動について		６
４	トラブルが発生した場合の対応について		７
５	トラブルを未然に防ぐために		８
	№１　体罰・暴言の負の遺産を知る		
	№２　信頼関係		
	№３　コミュニケーション力向上と脳の最適化		
	№４　ネガティブトークからポジティブトークへ		
	№５　時代とともに変わってきた指導法		
	№６　スポーツ指導と人権		
６	各ハラスメントへの対応について		14
	① 体罰（パワーハラスメント）		
	② セクシャルハラスメント		
	③ ジェンダーハラスメント		
	④ モラルハラスメント		
	⑤ まとめ		
７	各委員会の取り組み		25
	(1)指導普及委員会		25
	Ⅰ目指す選手像		
	Ⅱ目指す指導者像（指導者としての資質や能力）		
	・専門知識や技能を身に着けた指導者		
	・子どもの安全を守る指導者		
	・子どもの健康を考える指導者		
	・保護者との関係を大切にする指導者		
	Ⅲ理想とするチーム像		
	・すべての子どもが活躍できるチーム		
	・明るくて元気のいいチーム		
	・主体的に活動するチーム		
	・地域に愛されるチーム		

⑵競技委員会
Ⅰ　勝利至上主義にならない大会づくり　を目指して　29
Ⅱ　子どもが自ら考え、楽しくプレーするバレーボール交流大会要項
Ⅲ　低学年層からバレーボールに親しむ機会を増やすために
～ ソフトバレーボール大会の推奨 ～
ソフトバレーボール小学生大会開催要項(案)
Ⅳ　明るく楽しい大会づくり（BGM・掲示物・メディア活用）
⑶審判委員会
Ⅰ　競技中のチームスタッフの言動から考えられる問題点と原因及び対応　36
Ⅱ　競技中のプレーヤーの言動から考えられる問題点と原因及び対応
Ⅲ　イエローカード・レッドカードについて
Ⅳ　グリーンカードについて
※県小連独自のグッドカード　例
⑷コンプライアンス委員会　39
8　各都道府県コンプライアンス委員会研修会で使用できる参考資料　40

①プレイヤーズ・センタード
②子どもの脳を伸ばす　すいみん・朝食・読書
③子育ての基本＝子どものプライドを傷つけない3つのポイント
④子どもの脳を傷つける親たち
⑤ミラー細胞について
⑥人間は3日で変われる
⑦トラブルを解決する力
⑧特性がある子への対応の仕方
⑨はじめてのアンガーマネジメント　実践ブック
⑩読書のすすめ
⑪愛について　ー　自尊感情を高める
⑫会話で知っておきたい7つのポイント
⑬組織マネジメント
⑭不機嫌は罪
⑮世の中を見る４つの目を磨こう！
⑯みなさんの声（A県アンケート集計結果より）

9　読書のすすめ　参考文献　57
10　終わりに～学び続ける指導者・人間力向上に向けて～　59

１　はじめに

日本小学生バレーボール連盟
会　長　　工　藤　　憲

「日本小学生バレーボール連盟のど真ん中にいるのは、いつでも、どこでも、どのような場面でも主人公である子どもたちです。この子どもたちにバレーボールを通して人間力を育んでいくのが、私たちのミッションです。小学生バレーボールは、自分で生きる力(自立)、みんなで生きる力(共生)を育む場です。」

これが、日本小学生バレーボールの根源的な考えであります。

私たちは、自立と共生という人間力を育成する競技種目として、バレーボールは最も有効なものの一つと考えております。そのバレーボールを一人でも多くの子どもたちに取り組んでもらいたいという願いで、本連盟は様々な取り組みを行ってきております。しかしながら、バレーボールの競技者人口減少に歯止めをかけることはできておりません。

競技者人口減少には、様々な原因があると考えられます。最も大きい少子化の問題、その他、競技種目の多様化、スポーツに対するニーズや価値観の変化、ナショナルチームの活躍不足、マスコミ等の露出不足、指導者不足、等々・・・・・・。

そして、非常に残念なことですが、旧態依然とした指導法・指導方法が子どもたちをバレーボールから遠ざける原因の一つではないかとの指摘もあります。大多数の指導者の方は、子どもたちと真摯に向き合い、楽しい・正しいバレーボール指導を実践しております。しかし、一方では一部とはいえ各種ハラスメントと受け取られても仕方ないような指導が行われ、そのことに対しての訴えも頻繁にあるのが現実です。

時代や社会は。ものすごいスピードで変化しております。勿論、どのような時代や社会になっても変わらないで踏襲すべきものもあります(不易)。しかし、その一方、柔軟に流れに対応して変えていかなければならないものもあります(流行)。この不易と流行のバランスこそが大事なのではないでしょうか。

小学生バレーボールは、今、分水嶺にあると思っています。どちらに流れていくか、それを決めるのは、他でもない私共役員をはじめ全国の指導者の方々、そして、保護者の皆様だと思います。今一度。小学生バレーボールの原点に立ち返って、「なにをすべきか」「なにはしていけないか」等々、みんなで意識連携を行い、更に行動連携まで高めていかなければならないと思っております。

そんな思いで、本連盟のコンプライアンス委員会が中心となり、指針の一つとなることを願ってこの「共育」を作成いたしました。正しい、楽しい小学生バレーボールの普及・発展の一助になれば幸甚です。



２　「共育ブック」を作成した背景

日本小学生バレーボール連盟
コンプライアンス委員会　委員長　　八木田　成人

コンプライアンス委員会は一昨年度まで「倫理委員会」でした。JVA をはじめ各競技団体内でもコンプライアンスという言葉が使われるようになり、それに伴い日本小学生バレーボール連盟でも委員会名を「コンプライアンス委員会」に改めました。倫理委員会の前身は日小連「特別委員会」として全国で起こった事案について対応していた委員会でした。それが「倫理委員会」になった時、当時の委員長である山本安雄氏から倫理問題が起きないようにするにはどうしたらよいか、委員会として啓発活動はできないものかと提案がなされ作成することになったのが、「倫理ブック」でした。その後、委員会名が変更になりブックの名称も「共に育つ」ことを目的に位置づけ、この「共育ブック」に名称が決まりました。

毎年、日小連で把握している事案は４０件ほどです。コロナ禍のため、練習も十分できなくなってきていますが、それでも３０件程度事案の報告を受けています。その内容は暴力・暴言が一番多く、さらには人権を否定するかのようなハラスメントです。事案が発生するたびに当該都道府県小連理事長に対して連絡をし、対応していただいております。しかし、依然として減少する傾向にはありません。

そこで、この共育ブックでは子どもたちが常に楽しくバレーボールができる環境（人的環境）づくりのために日小連の他の委員会と連携し指導者・保護者の意識改革、具体的な手立てをまとめました。

いろいろな考え方がありますが、私たちコンプライアンス委員会や他の委員会から出された事を参考に今後のチーム作り、チーム運営、指導者の在り方等々の一助となれば幸いです。

【日本小学生バレーボール連盟　登録数の変化】

	登録団体数				登録選手・スタッフ数			
	男子	女子	混合	合計	男子	女子	スタッフ	合計
平成２７年度	1,389	4,703		6,092	17,299	64,320		81,619
平成２８年度	1,508	4,636		6,142	27,914	69,661	男女に含む	97,575
平成２９年度	1,665	4,552		6,217	30,948	69,928	男女に含む	100,874
平成３０年度	1,405	4,098	631	6,134	15,576	53,735	20,987	90,298
令和元年度	1,291	3,644	801	5,664	15,378	50,372	20,038	85,789
令和２年度	1,079	3,193	891	5,163	13,796	41,369	16,820	71,985
令和３年度 １０月２０日	1,069	2,984	1,069	5,122	15,638	42,280	17,693	75,657

３　コンプライアンス委員会の活動について

過去の栄光はアルバムの中へ。
未来へつながる新しいジュニアバレーへ！

活動目標

〇トラブルを未然に防ぎ、選手も指導者もそして組織も守る。
〇子どもたちが安心して楽しくバレーボールができる環境づくりに貢献する。
〇心身の発育段階を逸脱した指導には、各都道府県小連と連携し、厳正に対応する。
〇コンプライアンス委員会委員長会議を開催し、共通理解をはかる。

活動計画

〇コンプライアンス委員会（年間３～５回　オンライン開催含む）
〇全国コンプライアンス委員会委員長会議の開催

活動内容

〇コンプライアンス委員会ブック（日小連　共育ブック）作成
〇各都道府県でのコンプライアンス研修会開催時に参考になる資料作り冊子及び
　パワーポイント資料
〇コンプライアンス委員会処分段階表の見直し
〇報告書様式の見直し
〇要請があれば近県へ出向き、講習会を開催し、都道府県小連とともに今後の方向性を考える。
〇啓発運動
　・各都道府県ホームページ・トップへの掲示要請　　「ハートフルセブン①～⑦」（「表３」の一般表記）
　・各都道府県大会プログラム冊子への掲載要請
　　「バレーボールは楽しく美しくかっこよく！」
　　（日小連ホームページよりダウンロード）
〇選手も指導者も、以下について学ぶ（知る）機会を増やす
　◆言葉の力の大きさを知る！
　　幼少期の言語環境が、その後の児童の言語環境を大きく左右する。
　　幼少期に受けた厳しい叱責は、脳にダメージが残るという研究報告多数。
　◆指導者は教育者
　「保護者は、競技や指導者の競技指導力以上に、練習環境及び指導者やチームの教育力を重視して
　　子どものスポーツを選択する傾向にある。」
　◆楽しいバレーボールに
　　※大会でのどなり声や指導者の横柄な態度等は、保護者の競技への嫌悪感を増幅させる。
　　※子どもの学校での学習環境を知る（多忙・集中力要求）。放課後は心身のリラックス・リフレッ
　　シュが欠かせない状況にある。※保護者の労働環境も同じ
　　※厳しいチーム作りより楽しいチーム作りが難しい。楽しい大会作りが大事。
　　大会の質向上に向けた努力は今後も怠る事はできない。

４ トラブルが発生した場合の対応について

①チーム関係者（保護者会長や指導者等）に相談
　　解決に至らない又は問題がさらにこじれた場合
②各都道府県小学生バレーボール連盟各支部に相談
　または各都道府県小学生バレーボール連盟に相談

③日本小学生バレーボール連盟コンプライアンス委員会または日本バレーボール協会
　（ホームページに連絡先）に相談

◆まずは、各チーム内で充分話し合って下さい。
◆解決がいそがれる場合、又は問題が複雑になったり解決が見込まれなかったりする場合は、上記のような関係機関にご相談下さい。各都道府県小学生バレーボール連盟コンプライアンス委員会・日本小学生バレーボール連盟コンプライアンス委員会が対応します。
◆秘密は厳守します。

※日本小学生バレーボール連盟コンプライアンス委員会規程参照

□未来につなぐ取り組み（指導者としての心がまえ）

〇チームとしての目的・目標を明確にし、指導者・選手・保護者間で共有する。
〇個人として目指すべき目標を持たせてあげる指導をする。（小学生は意識能力が弱いため。）
〇褒める、叱るタイミングを逃さない。（ポジティブ志向への誘導の実施。）
〇先輩との比較指導をしない。（現代っ子は比較されることが大嫌い。）
〇「昔の常識が今の非常識」をしっかり学ぶ　（指導方法、医学変化など。）
〇子どもたちにどんどんチャレンジさせる指導（失敗しても怒らない。成功に繋がるアドバイスを実施）
〇人として当たり前のことができない場合はしっかり指導する。（これが人生の土台となる。）
〇人の気持ちがわかる心優しい人に育てる。
〇保護者ともミーティングを実施し、人生の先輩としてのアドバイスを伝授する。

【育てよう　小学生バレーボーラー】
◎夢や目標を持ち、ねばり強く努力する子ども
◎バレーボールを通じて、スポーツマンシップを身につけた心豊かな子ども
◎感謝の心を大切にし、仲間と協力して活動する子ども
【指導者の姿勢】
◎バレーボールの楽しさを教え、夢や希望を持たせる指導者
◎子どもたち一人ひとりを大切して、人間力のある子どもを育てる指導者
◎常に学び続け、子どもや保護者、地域から信頼される指導者
【保護者の役割】
◎子どもたちの未来のために、心と体を育てること
◎すべての子どもたちに賞賛の拍手を送ること
◎子どもたちのよき理解者であり、体罰や暴言等から子どもを守ること

５　トラブルを未然に防ぐために

Ｎｏ１　体罰・暴言の負の遺産を知る

◎体罰が子どもの心身に与える影響の問題点

◆「恐怖で委縮し、自信を失って自己肯定感や自尊感情が下がる」

◆いかに怒られないかという事が先に立ち、なぜ自分が起こられているのか考えられない。

◆善悪を自分でコントロールできない。

◆体罰肯定の指導者を再生産。

（　思春期にがんばっている子　心療内科医　明橋大二　著）

◆「脳の前頭葉にダメージが残る」

◎「はだかの王様」にならないように

◆時代は新しくなっている。スポーツに対する考え方も変わっている。

◆メタ認知が必要。

同じ価値観・指導観の指導者同士の情報交換では、時として周囲から認められない指導から脱却できない場合がある。

トラブルによって
得する者はいません!
小学生バレーボール連盟
全体にとっても大きな
マイナスとなります。

◎キレたら負け

怒りは、怒りをよび、エスカレートしていく傾向にある。

◎アンガーマネジメント

怒りとの付き合い方

《具体的な対処法》

１（タイムアウト法）その場所から去る。

２（テンカウント法）怒りを出すまで時間をかける。

３（バルコニー法）見方を変化させる。

人の怒りは、長時間は続かない。

◎強いとは・・・（指導者として　選手として　チームとして　人間として）

くずれない。　こわれない。　冷静である。（高知大学　矢野宏光教授　講演より）

◎言語技術を駆使して、指導しよう！

バレーボールをずっと好き　という選手に育てるために・・。

〇「はい、はい。」のリズム返事に満足する指導からの脱却。

〇選手に、選手のことばで答えさせる。

１　結論　（～です。）

２　理由　（そのわけは～です。）

３　再確認（だから～です。）

〇精神論よりも、具体的な指示で指導。

気合で取れ　→　前に寄れ　→　ボールを見て　→　両手を前に　→

ひじを下げない　→　肩で膝が隠れるようにして面を作る　のように、

具体的に子どもに分かりやすい言葉で指導しよう。

（　SHIMIZU コーチングカレッジ　田中守氏　講演より）

Ｎｏ２　信頼関係

◎信頼関係

◆技術指導だけを望まれているわけではない、という自覚。

◆保護者や選手の願いは・・・。

◆子どもも体力向上。バレーボール技術の向上。道徳心の向上。保護者の輪の広がり。

◆保護者の楽しみ。保護者の社会とのつながり。

◎他競技（サッカー・バスケットボール・ダンス等）人気の秘密から学ぶ。

◆個人練習が大事。個人のスキルアップがあって、チームの力が高まる。

◆個人練習とチーム練習とのバランスが大事。

サッカー・バスケットボールよりも、バレーボールは、下肢の動きが少なくても、プレー参加が可能であるため生涯スポーツ向き。

※この特徴を人気復活につなげよう。

『育てる子どもの姿』

・・・バレーボールが好き。バレーボールが好きな人が好き。という選手に！

『これからの理想の指導者像』

・・・指導者というより教育者に！

～Ａ県倫理研修会後のアンケートから～

「あなたは、ジュニアバレーボールの指導者（保護者）として、何を子どもたちに教えたい（伝えたい）と思っていますか。」の設問で、多かった回答を抜粋すると

【指導者】

団体行動・協調性。
あいさつ・礼儀・マナー。
目標に向かい努力することのすばらしさ。
あきらめない心。
為せば成る、為さねばならぬ。
チャレンジ精神。
やさしさ・思いやり。
成功体験。
達成感。
自己効力感。
利他の心。　　他

【保護者】

団体行動・協調性。
あいさつ・礼儀・マナー。
バレーボールの楽しさ。
やさしさ・思いやり。
やればできるという考え。
心の許容量を広げる。
コミュニケーションスキル。
運動能力の向上。
礼儀・節度・作法。
生涯スポーツを楽しむ心。
自己効力感　　他

※傾向として、指導者は目標に向かって頑張る心をあげる方が多く、保護者の方々からは、あいさつや礼儀・マナーそして相手のことを考えて行動することを願う声が多かったようです。

Ｎｏ３　コミュニケーション力向上と脳の最適化

◎言語力を磨き、伝える力を高める「コミュニケーションの基本」

① 相手との適切な距離をとる。
② 相手の気持ちを受け止める。
③ 感情を共有する。
④ 礼儀と社会規範を忘れない。
⑤ 相手を味方につける。
⑥ 自己開示をする。
⑦ 相手の人格を否定しない。
⑧ 「感情」で相手をコントロールしない。
⑨ 相手の失敗に対して、寛容になる。
⑩ 課題解決に向けて、Ｐ（プラン：計画）Ｄ（ドゥー：実行）Ｃ（チェック：検証評価）
Ｆ（フィードバック：第三者評価）Ａ（アクション：改善）を行う
⑪ 伝えたいことはシンプルに！
⑫ 出来ない事と出来る事。短期目標と長期目標　を明確にしておく。

この機会に、各チームで使われている言葉をチェックしよう。
１本取り返せ→ １本決めていこう　に！
いくぞ　→ さあいこう　に！
こーい　→ お願いします　に！
がんばろう　→ がんばりましょう　に！

◎選手への効果的な伝達力

① ほめる。
② キャプテンや選手に責任を与える。
③ 気持ちを聞いて意見を伝える。
④ 選手が競い合う環境を作る。
⑤ チーム内で認め合う環境を作る。
※選手のモチベーションアップには、話し方（ことば）が、大きな鍵となる。

◎脳を最適化すれば能力は２倍になる（著：樺沢　紫苑）

脳内物質にはバランスが重要。

・ドーパミン（快感）⇔ノルアドレナリン（不快感）
セロトニン（調整役）
・ドーパミン発生へのプロセス
① 目標設定　② ワクワク「楽しみながら実行」　③ 目標達成
④ その結果（楽しい・うれしい・ほめられる・愛される）　⑤ 新しい目標を設定
・ノルアドレナリンの垂れ流しが、心の病につながる。
ノルアドレナリンは、ストレスによって、生成される。
・練習の時はバリバリ。オフは完全休養の切り替えが大事。
オフをとる事により強くなれる。

◎変われるもの（環境に適応したもの）だけが生き残れる。

変われた組織だけが生き残れる。

小学生バレーボールで教えたい事は、バレーボールの楽しさを通して、社会で認められる人間関係力（あいさつ・敬語・コミュニケーション力・マナー）の基礎を身に付けた、ふるさとを支える人間作り。

Ｎｏ４　ネガティブトークからポジティブトークへ

◎会話を「ポジティブトーク」で終われば、もっと愛される人になる！

「だるい」「疲れた」「面倒臭い」「ばからしい」こんな言葉が口癖になっていませんか？　自分のネガティブさを隠さない方が人間味があるし、うそはないかもしれません。でもネガティブな言葉には人を遠ざけてしまう一面が。ネガティブさを少し変えてみたいと思ったときは、ポジティブトークを試してみましょう。

◎ポジティブな言葉は、自分のためではなく周りのために使う言葉

前向きさを前面に押し出したポジティブトークは、人から嫌われやすい一面があります。その理由は「うそっぽい」から。人生なんてろくでもないこと、面倒臭いこと、やっていられないことが大半。それなのに、それらを無視してさも幸せそうに振る舞っているため、時にポジティブトークをする人は時に嫌われる対象になってしまうのです。でも、よく考えてみてください。例えば自分がつらいときに励まされたり、深く落ち込んだときに立ち直るきっかけをくれたりしたのは、いつもポジティブな言葉ではなかったでしょうか。ポジティブな言葉は周囲の人の気持ちを明るくしたり、頑張ろうという力をくれたりすることがあります。

会話の最後を前向き発言に！
次がんばろう！　やればできる！一緒にできて楽しかった。
失敗は成功へのプロセスだ。ここまでできれば充分だ。　等

よくネガティブな言葉を口にする人に、「そんな後ろ向きなことを考えてはいけない」と言う人がいますが、これは逆効果。それはネガティブさを否定されたことがストレスになり、ますますネガティブ思考にはまりがちだからです。

ぜひいったん自分や相手のネガティブさを引き受けて、「まあ、いっか」と受け流してから、ポジティブトークで締めくくるようにしてみてください。励ましてほしいときや落ち込んでいるときに、ポジティブな言葉をかけてくる人に救われることは多いもの。ぜひ誰かがネガティブ思考にはまっているときにはポジティブトークで、励ましてあげてみてください。

★ポジティブ言葉が
私たちを健康にする

参考文献　樺沢紫苑　著　「今日がもっと楽しくなる行動最適化大全」

Ｎｏ５　時代とともに変わってきた指導法

体罰　→　暴言　→　皮肉（ブラックジョーク）→　アンガーマネジメント　→　ほめる（ポジティブシンキング）

敬語が常識に！

子どもは変わるのは簡単、大人が変わるのが大変。なぜなら今までの自分のあしあと全てが否定されるような気になるから。でも大人が（指導者が）変わらなければ、子どもは変わろうとしても変われない。子どもたちが時代に取り残されてしまう可能性が高くなる。社会に出た時に苦労するようになる。特に経験豊富な方が多い集団、組織は、変革に労力を要する。でも経験は金。その経験をいかすためにも、組織の継続、発展向上には、組織の構成員全体に健全な変革を求められている。変わることが大切なのです。

大人が子どものお手本に！

特に指導者という位置にいるみなさんには、その姿勢が強く要請されています！
まず、次の３点から始めてみませんか。簡単そうに見えて、意外にむずかしいもの。

① あいさつ、おたがいを〇〇さんというように呼ぶ。
　・自分がしたら謙譲、相手がしたら尊敬
② トイレのはきものの整とん
　・出る時に大人が率先して全ての履き物をせいとんしよう。
③ 大人どうしの会話に注意
　・皮肉、ブラックジョーク、ネガティブトークを意識的に抑えよう。

◉効果的なアンガーマネジメント◉

１　タイムアウト法（その場からいなくなる）
２　テンカウント法（１０数える）
３　バルコニー法（見方を変える）
４　力を抜く
５　キーワードを唱える
６　深呼吸をする。
７　思考を停止する。または話題を変える。

参考文献　　安藤俊介　著　　「はじめてのアンガーマネジメント」

Ｎｏ６　スポーツ指導と人権

◎スポーツ指導と人権

①　体罰や暴言を前提とした指導の常態化と体罰に対する感覚の麻痺。

・体罰を厳しい指導だと信じ、叩くことしか知らない指導者や、後輩に対して当然の如く体罰を振るうような人間が再生産されていく。

②　体罰に頼る指導を繰り返すことで、指導者としての資質向上の努力を怠る。

・「指導する」という行為は、コミュニケーションの一形態であって、相手に理解されることで初めて成立する。したがって、自分の言動が相手に伝わっているのかという自問のないところに指導は成立しない。つまり「指導する」という行為は、単に「怒る」「叱る」こととは別次元の行為なのである。

➡ 叩いてうまくいかなかったら、もっと強く叩くしかない。

➡ 叩くことで失われた信頼関係の修復は、非常に難しい。

➡ 叩かれることを受け止めたり、受け流したりすることができる者もいるが、叩かれること　への恐怖から萎縮したり、精神的に傷ついたりする者も少なくない。

➡ 納得できない体罰に対する恨みや怒りは、消えることなく持続する。

③スポーツ科学やスポーツ心理学の発達により、科学や心理学を度外視する指導者は、指導者として通用しない時代が訪れている。

④社会全体の変化の中で、スポーツやスポーツ指導者も治外法権の存在ではなく、当然のこととして「人権」という視点からのチェックを受けるようになっているという事実を、きちんと認識してほしい。

⑤古くからある競技ほど、指導者や競技者の間に、先輩後輩の関係、年功序列の関係、男尊女卑の体質等がないまぜになって受け継がれていることが多く、特に年下の女性に対しては、何を命令しても構わないといった感覚が、今も受け継がれていることがある。

⑥セクシャルハラスメントの問題は、指導者や競技者の間に、年齢や性別・経験年数に関わりなく、互いの人格を尊重し合い、対等につき合える関係をいかに構築するのかを問うている。

⑦女子生徒や女子児童に対する身体的接触を伴う指導には、細心の注意が必要。生徒・児童によって、身体的接触を伴う指導に対する感受性は大きく異なっている。

※体罰には、合理的な理由なく、他より多い練習メニューを課すことも含まれている。また、体罰と直接の関係はないが、「連帯責任」という考え方も、安易に使用すると、不信や反発の原因となる。

※そばに誰がいても、同じ言葉遣いと同じ態度で同じ指導ができるかどうかは、セルフチェックの有力な基準となる。

６　各ハラスメントへの対応について

①　　体罰（パワーハラスメントを含む）のとらえ方

『　体罰とは…　』

〇もともとは、学校教育法に記載されている校長及び教員が行なう行為を指す。

〇懲戒のうち、教員が、学生、生徒及び児童の身体に、直接的又は間接的に、身体に対する侵害を内容とする行為、肉体的苦痛を与える行為を体罰という

懲戒とは…

教員が、学生、生徒及び児童に対して、戒めるべき言動を再び繰り返させないという、教育目的に基づく行為や制裁を行うことを懲戒という。

体罰の定義や具体的内容は、文部科学省の通知文に記載されている。

＜学校教育法第 11 条に規定する児童生徒の懲戒・体罰に関する考え方＞

１　体罰について

教員等が児童生徒に対して行った懲戒の行為が体罰に当たる

〇当該児童生徒の年齢、健康、心身の発達状況

〇行われた場所的及び時間的環境、懲戒の態様

〇総合的に考え、個々の事案ごとに判断する必要

【体罰の禁止及び児童生徒理解に基づく指導の徹底について】（通知）文科省 H25.3.13

（1）体罰（通常、体罰と判断されると考えられる行為）

身体に対する侵害を内容とするもの

- 授業態度について指導したが反抗的な言動をした複数の生徒らの頬を平手打ちする
- 立ち歩きの多い生徒を叱ったが聞かず、席につかないため、頬をつねって席につかせる
- 部活動顧問の指示に従わず、ユニフォームの片づけが不十分であったため、当該生徒の頬を殴打する

【体罰の禁止及び児童生徒理解に基づく指導の徹底について】（通知）文科省 H25.3.13

（1）体罰（通常、体罰と判断されると考えられる行為）

被罰者に肉体的苦痛を与えるようなもの

- 放課後に児童を教室に残留させ、児童がトイレに行きたいと訴えたが、一切室外に出る　ことを許さない。
- 別室指導のため、給食の時間を含めて生徒を長く別室に留め置き、一切室外に出ることを許さない。
- 宿題を忘れた児童に対して、教室の後方で正座で授業を受けるよう言い、児童が苦痛を訴えたが、そのままの姿勢を保持させた。

▶あえて分ける必要はないかもしれないが、

体罰と暴力の違いは？

児童生徒の

戒めるべき言動に対して行なわれた行為かどうか。

▶しかし、

戒めるべき言動があったとしても、誰でも懲戒してよいというものではない。

法的に懲戒権が認められているのは、次の三者に限られている。

▶懲戒権の行使及び体罰禁止の法的根拠は

【学校教育法第 11 条】

校長及び教員は、教育上必要があると認めるときは、監督庁の定めるところにより、

学生、生徒及び児童に懲戒を加えることができる。但し、体罰を加えることはできない。

▶親権者に関しては

【民法第８２０条】

親権を行う者は、子の利益のために子の監護及び教育をする権利を有し、義務を負う。

【民法第８２２条】

親権を行う者は、第八百二十条の規定による監護及び教育に必要な範囲内でその子を懲戒することができる。

▶ところが…

○　この民法には、明確に体罰を禁じる表現がない

○　そのため、親権者の虐待が社会問題化した。

○　児童虐待防止法が改定され、令和２年４月に施行された。

○　懲戒権も施行後２年をめどに見直しを検討する。

【児童虐待の防止等に関する法律第１４条】

児童の親権を行う者は、児童のしつけに際して、

民法第八百二十条の規定による監護及び教育に必要な範囲を超える行為により当該児童を懲戒してはならず、当該児童の親権の適切な行使に配慮しなければならない。

体罰に関する考え方については、

○　厚生労働省「体罰等によらない子育ての推進に関する検討会」が、「体罰等によらない子育てのために」を令和２年２月にとりまとめた。

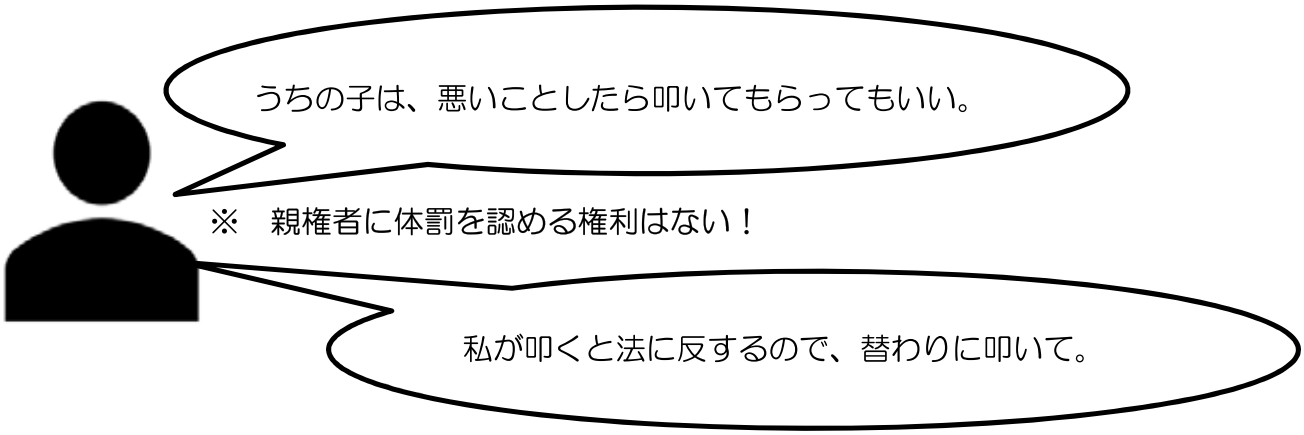
▶これにより、

○　親権者の体罰禁止が明確になった。

厚生労働省「体罰等によらない子育てのために」

【体罰の具体例】

- 言葉で３回注意したけど言うこと聞かないので、頬を叩いた。
- 大切なものにいたずらをしたので、長時間正座させた。
- 友達を殴ってけがをさせたので、同じように子どもを殴った。
- 他人のものをとったので、お尻を叩いた。
- 宿題をしなかったので、夕ご飯を与えなかった。



《懲戒権の行使及び体罰禁止の法的根拠》

児童福祉施設長等

【児童福祉法第４７条の２】

> 児童福祉施設の長は、入所中の児童で親権を行う者又は後見人のあるものについても、監護、教育及び懲戒に関し、その児童の福祉のため必要な措置をとることができる

「体罰」という行為は、子どもへの懲戒権が存在

親権者、児童福祉施設長等のみに認められている。

指導者の身体に対する侵害、肉体的苦痛を与える行為は、「体罰」ではなく、「暴力」と言わなくてはならない。

暴力であるにも関わらず、「暴力」ではなく「体罰」であるとの詭弁により、暴力の正当化、あるいは罰の軽減を図ることは、決して許されない！

繰り返しになるが、法的に、指導者に子どもへの懲戒権はない！

よって、本来、コンプライアンス規程に「体罰」という言葉は必要ない。

しかし、
一般的に体罰という言葉は、幅広く使われている。
法的な解釈とは別に、前述の三者以外にも、子どもへの懲戒を許容してしまっているというのが社会の実態である。

Q. 後片付けをせず遊んでいた選手に腕立て伏せ２０回を科すのは?
　懲戒、体罰？　肉体的苦痛？　　場合によっては、体罰となる可能性がある。

Q. 試合中、レシーブミスをした選手にボールをぶつけるのは?
　体罰、暴力？　　身体に対する侵害を内容とする行為
　懲戒には該当しないので、明確に暴力である。

〇体罰の議論において、
　「効果の有無」と「禁止の是非」を結びつけてしまっている場合が多い
　➡　議論がかみ合わない。

　体罰は、効果がないからしてはいけない　ではなく、
　　体罰は、効果に関わらず　してはいけない！
　　体罰に、効果があるかどうか　　議論することには意味がない。

身体的リスク　精神的リスク　規範意識的リスク

➡　これらのリスクは、すべて子どもが負う。
➡　リスクの発生は、何年も先のことがある。
➡　指導者の判断で、個に応じた体罰を使い分けることは不可能である。

体罰を薬に例えると、特定の病気に、即効性を発揮する薬がある。

しかし　　…　効果は一時的で、他の病気を誘発する可能性が高い。
　　最悪の場合、死に至ることもある。
さらに　　…　他にも有効な薬が存在している。
そんな薬を …　ご自分のお子さんに与えますか？

指導者は、
　体罰という大きなリスクを伴う手段を、安易に選択するのではなく、

　個に応じた効果的な指導方法を、追求していかなくてはならない！

　人として、子どもたちの、よき手本となるべきである！

②セクシャルハラスメント

1　セクシュアルハラスメントの定義

セクシュアルとは・・・　　性的な関心又はそのさま

ハラスメントとは・・・　　人権侵害

すなわち　セクハラ（セクシュアルハラスメント）とは、

性的な行為や言葉によって相手に不快感を与えること。

日本小学生バレーボール連盟コンプライアンス規程では

第３条の責務及び順守事項により日小連関係者が次に掲げる行為を行うことを禁止している。

「指導に名を借りた体罰、暴力、暴言、わいせつ行為や性的言動、保護者等への個人的な要求、個人的な差別等、人権尊重の精神に反する言動をとること。」

2　セクハラの分類

男性から女性
女性から男性
同性間

→ いずれも、セクハラの対象となる

※　指導者と選手という当事者間だけでなく、第三者に対しても不快感を与える行為はセクハラの対象となり得る。

スポーツ界においては、コーチや監督の意向に逆らうと・・・

- チーム内への影響
- 試合への起用が無くなる
- 指導者の問題は黙認
- 選手は言い出せず泣き寝入り

→ 今現在もこの風潮が根強く残っている

3　相手に不快感を与える行為例

⑴　相手に触れる

ケガの治療・体のケアと称して、身体的な接触を行う。

①　活動中の事故発生時の対応（正しい対応例）

熱中症：涼しい場所に搬送し冷却措置

症状が悪い場合は救急車要請等！

捻挫等：テーピング等による固定・冷却

医療機関での診断（素人判断をしない）

いずれの対応も、公然の場・多くの目があることが絶対条件！！

措置を行うには、相手に触れることとなるが、公然の場で多くの人がいる状況での対応であれば、一般的に適正な応急処置とみなされる。

②　活動中の事故発生時の対応（誤った対応例）

熱中症：その場で汗かいた服を脱がせる

捻挫等：受傷に関連付けて衣服を脱がせたり、別の部位を触る

必要な措置として明確な説明ができない行為は、セクハラに該当する可能性がある。

⑵　選手個人への対応（誤った対応例）

選手のパフォーマンスを向上させるためのリラックス効果と称し、直接マッサージをする。

➡ 選手はもとより、その行為を目撃している第三者を含め、セクハラ行為に該当する可能性がある。

※選手と指導者との間において、合意された内容であったとしても、直接触れる行為はセクハラの定義に抵触する可能性がある。

⑶ 相手に付きまとう

○ 試合や練習のこと以外で、執拗にメールやＬＩＮＥ等を送りつける。

○ 事あるごとに、個別に呼び出し行動を監視する。 など

相手が小学生であることを考えれば、練習場所以外で個別に連絡を取り合う必要性は極めて低く、必要があれば指導者と保護者との連絡で解決できる問題である。

⑷ 相手の気を引く

特定の選手に対して、やる気を引き出すための御褒美と称し物を贈ったり、他の選手に対して差別をする。

選手のやる気を引き出すための指導は必要なことだが、特定の選手に限定した行為や、未成年である選手に高額又は性的な関心を引く物品を贈る行為は、指導の領域を逸脱しておりハラスメント行為に該当する可能性がある。

４ 指導者としての自覚

指導者というだけで、優位な立場に立っているということを理解し、権力を使って選手をコントロールするのではなく、選手側の目線に立って配慮し、風通しの良い環境を作る立場であることを自覚しなければならない。

セクシュアルハラスメントや、ジェンダーハラスメントに関しての社会の考え方は大きく変化している。「長年この方法で指導し、結果も残しているから…」という理由は通用しない。

⑴ 身体的接触（危険回避は除く）を伴う指導の見直し

① まずは、身体的接触をしない指導を考える。

② スマートフォン等による動画の撮影により、選手に自分のプレーを直接見せる。

注意！ 動画の撮影・取り扱いについては、選手や保護者の同意を得るとともに、動画の管理について、漏洩やネット上への拡散等について十分注意すること。

③ インターネット上の参考になる動画を活用する。

④ 指導上、身体接触を伴う可能性がある場合は、選手・保護者・第三者への説明と同意が必要であることを認識しておく。

⑵ 常に見られているという意識を持つ

指導については、科学的な根拠等に基づき、合理的且つ効果的であり、具体的な説明により、客観的に第三者が合意できる内容であること。

今やスマートフォン等によるネット上への動画投稿等については、日常的に行われており、自分の行動は常に第三者にさらされているという意識と責任を持つこと。

⑶ 子供たちの手本となる

子は親の鏡。大人である指導者が良き手本を見せハラスメントを撲滅し子供たちに正しい道を示しましょう。

参考： JSPO 日本スポーツ協会 「スポーツ現場におけるハラスメント防止動画」

③　指導に潜む　「ジェンダーハラスメント」

ジェンダーハラスメント	性に関する固定観念や差別意識に基づく嫌がらせのこと。例えば、女性または男性という理由のみで、性格や能力の評価や決めつけを行う。ジェンダーハラスメントは広義のセクシャルハラスメントになる。

日本文化の中に、「男らしさ・女らしさ」という概念が、古来より継承されている。「男らしさ」には屈強・忍耐などというイメージが、「女らしさ」には繊細・優しさなどとイメージが定着している。個々の人間性が多様化している昨今、この男女を一律に区別し、日本古来の「男らしさ・女らしさ」を子どもたちに強要することによって、子どもたちの心を傷つけるケースが少なくない。
我々は、子どもたちにバレーボールの楽しさを味わわせ、勝つことをめざして協力・感謝・思いやり・忍耐等を学ばせている。その活動の中で、ジェンダーハラスメントを避け、元気で明るい子どもたちを育てる考え方とは何か。ここではそれを提案する。

1　「男のくせに!」　「女のくせに!」　この言葉は以下の場面でつかわれることが多い。

言葉	こんな場面で	実際には
男のくせに!	強い指導を受けたあとに涙を流した時	・続けて練習試合中、続けてサーブを失敗した。監督に叱咤された。その直後に涙を流すと「男のくせに　泣くな。」
		・練習に遅れることが多い６年生。今日もまた遅刻した。監督は遅刻の改善を指導した。その直後に涙を流すと「男のくせに　泣くな。」
	耐えることを要求したのに応えられなかった時	・レフトスパイクの練習の際に、連続で打つという苦しい練習の中で、コーチに「男だろう。がんばれ!」
		・公式試合中の最終セット。20 対 20 の勝負所。最終タイムアウトの中で監督が、「お前たち、男だろう。相手の気持ちに負けるんじゃない。」
女のくせに!	心配りを要求したのに応えられなかった時	・監督が体育館に入る前に、出入り口に体育館シューズをそろえて置くことがチームのルール。その日、その仕事を忘れた６年生に、「女のくせに気が利かない。」
		・その６年生は、その日学校で嫌なことがあった。放課後の練習でコーチに叱咤された。その直後からしかめっ面で練習を続けた。見かねたコーチが「女なんだから笑顔で。」
	男子によく見られる行為を行った時	・練習が一段落終わった休憩中に、５年生が体育館の床にあぐらをかいて座っていた。その子に対してマネージャーが「女なんだからそんな格好をしない。」
		・試合形式の練習中、サーブレシーブされたボールをセッターがつないだ。ボールは床に落ちそう。ところが、キャプテンが機転を利かせて、足で蹴って相手コートに。監督はほめたつもりで、「女なのにナイスプレイ!」

子どもたちにバレーボールの楽しさを味わわせ、勝つことをめざして協力・感謝・思いやり・忍耐等を学ばせる活動の中で、我々は男女関係なく接し、めざす子どもたちの姿も男女関係ないと考えるべきである。

2 「男なんだから」 「女なんだから」

全国的に混合チームが増える傾向にあるが、男女が一緒に活動する場合、まれに男子を重んじ女子を見くだす言動も見受けられる。

言葉	こんな場面で	実際には
男なんだから	試合中相手チームに追い込まれた際に	・タイムアウト中、チームの監督に「エースのあなたは男なんだから、ここはスパイクを成功させよう。」
		・チームが劣勢。監督がタイムアウトを要求し、チーム内の男子だけに対して「男なんだから声を出してがんばれ。」
女なんだから	チーム・キャプテンを決める話し合いの中で	・チームの中で一番積極性のある６年生女子が「自分がやる。」と言い出した。直後に監督が、「あなたは女だ。キャプテンは男だ。」
	試合後の振返りの中で	・チームが負けた原因を的確に発表した６年生女子。それは核心をついていたが、言い方が少々棘があった。それを聞いていた監督が、「お前は女の子なんだから、もう少し優しく言いなさい。」
	遊びの中で	・チームの息抜きのために、全員でドッジボールで遊んだ。チームの中で一人しかいない女子が最も激しく動き、大声を出してドッジボールを楽しんだ。終了後コーチに「女なんだからもう少し落ち着いて遊んだら。」
	レシーブ練習の中で	・強打のレシーブ練習の際、ノッカーのコーチは男子に比して女子にはスピードを控えてノックした。それに気づいた女子たちはコーチに、「同じようにノックしてください。」と。コーチは「女の子だから弱いスパイクにした。」と。

行動の基準には、男女は関係ない。我々指導者が、活動をとおして子どもたちに、男女共同参画社会の礎を学ばせていくことが大切であると考える。

3　男女の特性をふまえて

一般的な傾向として、小学生の高学年(5・6 年生)では、

男　子・・・一つの活動が継続しにくい。飽きっぽい。

女　子・・・人間関係に過敏になる。　　が挙げられる。

※これら男女の特性を考慮することは極めて重要である。

4　一人の人間として

我々は、バレーボールの指導を介して子どもたちに生き方を考えさせている。予測不能なこれからの社会の中で、自分らしく逞しく生きていくための土台になる体力の向上と価値観の醸成に、大きく関わっている。

我々が、子どもたちに男女関係なく一人の人間として、一人一人の個性を尊重して接していくことが肝要である。その指導者の姿から、子どもたちは生き方を学ぶのである。

先日行われた「東京オリンピック」の一月前に、五輪大会組織委員会委員長が交代した。また、多くのニュースで「性同一性障害」という言葉も目にするようになった。男女差別に由来する諸問題が注目される社会に、徐々に変化してきた。

しかしながら、このような社会の変化に関係なく、我々指導者は常に正しい人権意識を磨き、それを実践していくことを心がけていかなければいけない。

④　モラルハラスメント

モラルハラスメント（仏：harcèlement moral、英：mobbing）とは、モラル（道徳）の欠如による精神的な暴力、嫌がらせのこと。俗語としてモラハラと略しています。
＜手段として＞

『言葉』　『態度』　『身振り』　『文書』

「日本小学生バレーボール連盟コンプライアンス規定」　では
　第３条　責務及び順守事項
　２　日小連関係者が次に揚げる行為を行うことを禁止する。(違反行為)
（４）指導に名を借りた体罰、暴力、暴言、わいせつ行為や性的言動、保護者等へ個人的な要求、個人的な差別等、人権尊重の精神に反する言動をとること。 としています。
また　「日本小学生バレーボール連盟関係者処分基準別表」では
　表２　指導対象者、関係者等に対する人格を否定するような発言・侮辱等（以下「暴言等」） 心身 に有害な影響を及ぼす言動 があります。
法律上では　　刑法の中に言葉の暴力（侮辱・冒涜）に関係することとして
　《刑法 231 条》　「侮辱罪」　→　事実を摘示（てきし）しなくても成立する。
※「事実の摘示」とは人の社会的評価を低下させる具体的事実を認識可能な状態にすることを意味します。
　１対１の関係で個人に対して侮辱するような言動をとった場合。
《刑法 230 条》　「名誉棄損罪」
　事実を摘示がある場合。
　不特定多数対象に個人の社会的評価を低下させるような言動を行った場合。

◇バレーボールの指導場面における具体的事象として

例１　言葉「ちび」「ちびっ子」
「ちびっ子」という表現はよく使いますね。ある県の民放で放映されている番組名は「ちびっ子タイム」です。何の問題もないように思えます。
ところが練習をしているときに４年生以下のメンバーを「ちびっ子チーム」と名付け、練習をさせていると、保護者から「監督、ちびっ子チームという名前はやめてください。」と言われました。

Q.何が問題だったのでしょうか。皆さん、考えてみましょう。
A.「ちびっ子」とは年の幼い者。子ども。特に幼稚園児や小学校低学年ぐらいの年齢の子を指します。
ということは、小学校３・４年生には「ちびっ子」という言葉は当てはまらないのです。これは、３・４年生のメンバーを侮辱していることになるわけです。
何気なく使った言葉ですが、これも「モラハラ」になります。
この件があり、それからは「キッズチーム」という呼び方に変えました。

また、「ちび」は身体の特徴を指し、本人を差別・侮辱していることになります。使い方には十分気を付けましょう。

例２　態度：無視

練習試合での出来事です。Ａチームの Ｂ 選手がミスを繰り返していました。Ａチームの監督は Ｂ 選手の代わりに Ｃ 選手をコート内に入れました。Ｂ 選手は監督のところに行き、ひたすら監督に何かを言っていました。しかし、監督は Ｂ 選手のほうを見ず、一言も言わないまま時間が過ぎ、そのセットは終わりました。

Q.さて、何が問題なのでしょうか。

A.無視することは選手の人格を否定することになります。指導者として必要なことはメンバーを交替したら、なぜ後退させられたのか、本人が納得できるように説明することも必要です。

無視をすること自体がモラハラになってしまいます。

モラハラとは精神的な暴力や嫌がらせです。チーム、選手を強くしようと思って行っている行為の中にモラハラは潜んでいます。具体的例を挙げていけばきりがないと思います。指導者自身が意識改革を行い、これまでの練習や試合中の言動を振り返り、今後の練習や試合が子どもたちにとって楽しい環境で行われるようにしていきたいですね。

これまでの自分の指導について振り返ってみましょう。今回紹介した①体罰（パワーハラスメント）②セクシャルハラスメント③ジェンダーハラスメント④モラルハラスメントに抵触する行為をしてしまったことはありませんか。どれもが人格を否定するものであり、子どもたちからバレーボールを奪うものです。

この項に挙げているものは一例にすぎません。また、それぞれのハラスメントが単独で行われるのではなく、連動している事が多々あります。

つい感情的になってしまい、我を忘れてしまう行為にこれらのハラスメントが出てしまうことがあるでしょう。誰しも感情的になってしまうことがあるでしょう。しかし、大事なことはその感情のコントロール、アンガーマネジメントです。参考資料の中にもアンガーマネジメントについて触れています。資料を熟読され、アンガーマネジメントの方法を習得できれば今後の指導に役立つことでしょう。

私たち指導者は日本小学生バレーボール連盟が掲げる「ど真ん中に子どもがいる日小連」を達成すべく日々研鑽していかなければなりません。

練習会場をはじめ子どもたちがバレーボールを楽しむところからハラスメントが出ないようにみんなで頑張っていきましょう。

７　各委員会の取り組みについて

（１）指導普及委員会

Ⅰ　目指す選手像

日小連

日本小学生バレーボール連盟では、「ど真ん中に子どもがいる日小連」を合い言葉に活動を進めています。この「ど真ん中」とは「プレイヤーズファースト」という言葉でも使われ、子どもたちを一番に考えた指導を指導者のみなさんに求めています。

この「プレーヤーズファースト」は日本スポーツ協会における「プレイヤーズセンタード」と同じ意味を成しています。

日ス協

日本スポーツ協会は、日本スポーツ協会が育成すべきスポーツ選手の人物像を８つあげています（表）。その中で、スポーツの実践者であり、スポーツの表現者であるプレーヤーは、一人ひとりが考え、主体的かつ健全に活用できるようになる必要があると述べています。

（表）　『グッドプレーヤー像』

人　物　像
◇スポーツを愛し、その意義と価値を自覚し、尊重できる人
◇フェアプレーを誇りとし、自らの心に恥じない態度をとり、行動ができる人
◇何事に対しても、自ら考え、工夫し、行動できる人
◇いかなる状況においても、前向きかつひたむきに取り組むことができる人
◇社会の一員であることを自覚し、模範となる態度・行動がとれる人
◇優しさと思いやりを持ち、差別や偏見を持たない人
◇自分を支えるすべての人々（保護者、コーチ、仲間、審判、対戦相手など）を尊重し、感謝・信頼できる人
◇仲間を信じ、励まし合い、高め合うために、協力・協働・強調できる人

スポーツ好きな子

このなかで、スポーツ好きな選手を育てることは、バレーボールを指導する者として、バレーボールが大好きな選手たちを育成しなければならない。とはいうものの、バレーボールはそう簡単にできるスポーツではない。ボールを落とさないで、また、掴まないで、ネット越しの相手に返さなくてはならない。さらに、床に足をつけてプレーできるスキルもあるが、アタックのように、空中で飛んでくるボールにコンタクトしなくてはならないスキルもある。こんなに難しいスキルを自由自在に操ることができたら、バレーボールほど楽しいスポーツはないと思う。しかし、初めてバレーボールに挑戦した子供にとってはかなりハードルが高い。パスもサーブもそう簡単にできるものではない。できないからやめてしまう、という現実もあるだろう。

そこで、重要になってくるのが鬼ごっこやボール遊び、マット運動などのいわゆるコーディネーショントレーニングである。特に、神経系機能の発達が著しい幼児期・児童期に、多様な動きを経験してさまざまな基礎的動きを身につけるために重要となる。また、日本スポーツ協会のホームページなどで紹介されているアクティブ・チャイルド・プログラム（ACP）などをぜひ参考にして頂きたい。

［　フェアプレー精神　］

フェアプレーの精神を育てることも大切である。選手ばかりではなく、指導者自身もフェアでなくてはならない。例えば、試合中に誰も気付かないようなワンタッチをしたとしよう。そんなとき、指導者はどんな指導をしているだろうか。「分からないようなワンタッチは『ノー』と言いなさい」と指導していないだろうか。人間としてフェアな心を育てたいなら「正直に認めなさい」と言わなければならない。ブロックでワンタッチしてボールがデッドになった瞬間に手を上げる選手を育てなければならないのである。

［　自主性　］

また、これからの社会の中心となっていく若者を育てていく上で、自主的に行動できる人を育てることはとても重要である。常に自分の考えをもち、実行する選手を育てることができたら、試合でも指導者が思いもつかないアイディアを出して、バレーボールすることを楽しめるのではないだろうか。そんな選手が大人になれば、グローバルな人材として重宝されるであろう。

［　創意工夫　］

さらに、自分自身を高めようと創意工夫していく選手を育てなければならない。バレーボールには、サーブやレシーブ、トス、アタック、ブロックなどのスキルがある。そして、練習を積み重ねることによって、それぞれのスキルを高度化させることができる。サーブを例にすると、アンダーサーブから始まり、サイドハンドサーブ、オーバーハンドサーブ、ジャンピングサーブというように高度化していく。このように進化していくスキルを自ら習得していこうとする子どもを育てる必要がある。指導者や親に言われて練習するのではなく、自分から学ぼうとする選手の育成である。また、諦めずに挑戦し続ける選手の育成も大切である。これは、スポーツに限ったことではない。勉強でも同じである。分からなかったら分かろうとする、できなかったらできるまでがんばるなど、諦めない心を育てていきたい。

［　礼儀・思いやり　］

礼儀正しく、思いやりがある選手であることも大切である。ある中学校の剣道部の話をしよう。その剣道部の顧問が、選手たちに「君たちは今、県大会に出場できるレベルではないが、靴の並べ方やカバンの置き方は県大会に出場するレベルになろう。」と言ったそうである。この言葉を聞いた選手たちは、靴やカバンをしっかりと整理整頓したそうである。すると、数年後には、県大会に出場し、さらに、県の代表にまで上り詰めたそうである。心技体の「心」が選手たちの「技」を育てたのである。また、素直な選手であることは、技術習得において大変有利なことである。このことについては、指導者のみが育てることではないが、指導のなかにしっかりと組み込んでおかなくてはならない。そうすることによって自ずと成績が向上することもある。

［　協力・協働・強調　］

そして、協力・協働・強調できる選手を育てなければならない。バレーボールはチームスポーツである。チームスポーツにもいろいろとあるが、バレーボールはひとりのスーパーマンがいても勝てないスポーツだと思う。スパイクがすごい選手がいれば勝てそうな気がするかもしれないが、どんなにすごいスパイカーであろうと自分でトスをあげることはできない。セッターがいて初めてスパイクが打てるのである。また、レシーブしてくれる人がいてこそトスが上がるのである。チームメイトがそれぞれに努力し、互いに助け合って初めてチームとして成り立つと思う。また、ブロックとレシーバーの位置関係やスパイカーとフォロアーの関係など、互いに互いのやりたい事を理解し、助け合わなくてはチームとして成り立たない。リーダーシップよりもフォロアーシップを大切にするスポーツであると考える。ラグビーに「All for One,One for All」という言葉があるが、この言葉もバレーボールにあてはまるはずである。

Ⅱ　目指す指導者像

前述した子どもたちを創出するために指導者は様々な視点から指導法を学び、選手たちの安全と健康を考えながら指導を進めなければならない。

［　専門知識や技能を身に付けた指導者　］

まずは、専門的な知識や技能、コーチング能力を身に付ける必要がある。自分がこれまでに体験したことだけにとらわれず、あらゆるカテゴリーや競技から学ぶ姿勢がほしい。例えば、スパイクのスイングについて考えてみよう。スパイクのスイングは野球のスローイングやテニスやバドミントンなどのスマッシュと似ている。野球のピッチャーのリリースする瞬間のフォームを見てみると、右腕（右利きの場合）の肘から左の肘までがほぼ一直線になっている。また、右腕は「ゼロポイント」の位置にある。投げ終わった後は、右腕が左足の外側に行っている。このフォームはスパイクと全く同じである。言い換えれば、同じフォームでスパイクすればよいのである。ただ、ご存じの通り、スパイクのフォームには、ストレートアームスイングやボー＆アロースイング、サーキュラースイングがある。前述したピッチャーのフォームはサーキュラースイングである。このサーキュラースイングを初心者に導入することは難しい。まずは、ストレートアームスイングから始めるのが普通である。このように、バレーボールばかりではなく、他の競技からも学べることはどんどん吸収していくことが大切である。

［　子どもの安全を守る指導者　］

バレーボールは、接触プレーの少ないスポーツであまり危険を伴わない競技であるが、危険がないわけではない。例えば、ネットや支柱、床や壁などが考えられる。ネットのワイヤーは大丈夫だろうか。最近のワイヤーは布製の物が多いが、紐が切れかかってはいないだろうか。また、支柱にカバーはつけてあるだろうか。アンテナはどうだろうか。アンテナの一番下の部分にゴムがかぶせてあるが外れてはいないだろうか。床はどうだろうか。板がささくれている所はないだろうか。滑りやすくなってはいないだろうか。バドミントンの支柱の蓋は飛び出しやすくなっていないだろうか。壁に画鋲や画鋲の芯が残っていないだろうか。これらの少しでも危険と思われるところは排除しなければならない。

［　子どもの健康を考える指導者　］

健康面についても考えてみよう。今は、コロナ禍であり、手指消毒用のアルコールが常備されていることと思うが、練習前の検温や練習後の手洗いもしっかりと行ってほしい。また、けがをしたときの連絡体制や保険の手続きもいざというときのために確認しておいてほしい。また、AED がどこにあるかも確認してほしいものである。

［　保護者との関係を大切にする指導者　］

保護者との関係も重要である。指導する相手が小学生であるから、何をするにしても保護者の協力や承諾が必要となる。決して指導者だけで判断し、決めることのないようにしたいものである。

- ていねいな言葉遣いで叱る。
- 厳しい言葉、対応を連続または持続させない。
- 保護者の理解・信頼を得る努力

Ⅲ　理想とするチーム像

［　すべての子どもが活躍できるチーム　］

勝利を目指すことはスポーツにとってとても重要なことである。しかし、そればかりに拘っていては子どもたちを育てることにはならない。勝つためには作戦が必要であるし、その作戦を実践できる技能が身に付いていなければならない。さらに、なぜそのような練習が必要になるのかを考え、理解できるようにしなければならない。指導者はこれらのことを子どもたちに伝え、指導しなければならない。そして、それらが一部の子どもに偏っていてはいけない。すべての子どもたちが活躍し、満足できる環境をつくらなければならない。

［　明るくて元気のいいチーム　］

バレーボールチームとして明るくて元気なチームがよい。ときどき、ロボットのように無表情でプレーする選手のいるチームを見かけるが、見ていてとても残念な気持ちになる。どんなプレーであっても得点すれば喜び、失点すれば悔しがる、そんな選手がいるチームを見ているとつい応援したくなる。

［　主体的に活動するチーム　］

また、主体的に活動する選手がいるチームも目指すチーム像である。監督の言うことに対して「はい」と返事するチームもいいが、自分たちで何がしたいのか、どうなりたいのかを仲間や指導者に伝えられる選手がいるチームがいい。そして、互いに言い合える環境にすることによって、チーム内のすべての人（監督、コーチ、マネージャー、選手）が喜びを感じ合えることが大切であると考える。

［　地域に愛されるチーム　］

そして、何と言っても地域に愛されるチームでなくてはならない。練習していれば、「がんばっているね」と声をかけてもらったり、試合をすれば応援に来てもらったりするようなチームになりたいものである。そのためには、地域の行事や祭事に進んで参加することが大切である。そうすることによって、自然と地域に愛されるチームになるのではないだろうか。

◇スポーツ団体・組織のみなさんへ《日本スポーツ協会　会長メッセージから抜粋》

【スポーツを愛する人を増やす】

スポーツは、「する」「みる」「ささえる」といった多様な楽しみ方があります。
一人でも多くの人が、スポーツを生活の中において、生涯を通じて永く楽しめるような環境を整えていきましょう。

【反倫理的行為を根絶する】

日本スポーツ協会は、スポーツの「場」で、暴力行為、暴言、パワーハラスメント、セクシャルハラスメント、ドーピングなどの反倫理的行為の発生や、それらの行為が黙認されることにより、スポーツを敬遠する人が増えるなど、スポーツの価値が低下することを懸念しています。このことを私たちは再認識し、スポーツの「場」から反倫理的行為を根絶し、団体、組織の経営、運営が、公明正大なものとなるように不断の努力を続けていきましょう。

（２）　競技委員会

Ⅰ　勝利至上主義にならない大会づくり　を目指して

はじめに

スポーツは、子どもたちが様々な経験を通して人間として成長していくための一つの手段である。それ故に、様々な活動の中からスポーツを選んだ子どもたちにとって、スポーツでの経験がもたらす子どもたちへの影響は大きい。

小学生バレーボールにおいても、目標を持ち、勝利を目指して努力し、全力で競い合うことで楽しみ、そして結果を受け止めてさらに次の目標を目指す、その過程における経験が子どもたちの成長につながっている。しかし、勝つこと以外に価値が見いだせなくなってしまうくらい勝利を追い求めていくことで勝利至上主義に陥り、様々な問題が起きてしまっている。

そこで、大会を運営する立場からも、子どもたちが楽しく、自ら考えてプレーできる環境をつくっていくことを考えていきたい。

参考　Web：COACHING　STATION

バレーボール元日本代表選手が 2015 年から主宰する小学生大会「監督が怒ってはいけない大会」は、

「楽しむ」　・・・・・　参加する子供たちが、最大限に楽しむこと！

「怒らない」　・・・・　監督（監督/コーチ/保護者）が怒らないこと！

「チャレンジする」・・　子供たちも監督もチャレンジすること！

の３つの理念のもとに活動されている。

この理念は、日本小学生バレーボール連盟の基本方針である「子どもがど真ん中にいる日本小学生バレーボール連盟」にも通ずるものと考えられる。

そこで、各都道府県連盟及びその各地区連盟において、子どもたちが自ら考え、楽しくプレーできる大会を開催できるように、大会要項案を次に提示する。

あくまでも例なので、開催都道府県または開催地区の実態等に合わせて作成することが肝要である。





Ⅱ　子どもが自ら考え、楽しくプレーするバレーボール交流大会要項（案）

１ 目　　的

・子どもたちが、目標に向かって自ら考え楽しくゲームができるようにすることで、子どもたちのやる気を高める。

・今後さらに意欲をもって取り組もうとする子どもを育成することで、小学生バレーボールの益々の普及と発展に努める。

２ 主　　催　〇〇バレーボール協会／ 〇〇小学生バレーボール連盟

３ 後　　援　公益財団法人日本バレーボール協会／　日本小学生バレーボール連盟
〇〇教育委員会／ 報道〇〇社

４ 主　　管　〇〇小学生バレーボール連盟　大会実行委員会

５ 協　　力　株式会社ミカサ／ 株式会社モルテン

６ 開 催 日　令和　　年　　月　　日（　　）

７ 参加資格

（１）令和〇年４月１日に１２歳未満の者で、同年５月１日現在、国・公・私立の小学校及び各種学校に在籍している者。

（２）公益財団法人 日本バレーボール協会加盟団体登録規程に基づき、令和〇年４月１日以降、都道府県大会参加申込書締め切り日までに、公益財団法人 日本バレーボール協会－ＭＲＳの登録を済ませていること。

８ チーム編成

（１）チームは，監督１名，コーチ１名，マネージャー１名，選手１４名以内とする。男女比は問わない（男子，女子，男女混合）

（２）ＭＲＳの登録団体で単体でチーム編成ができない場合に限り，他団体と合併を認める。

（３）監督は成人であること。

（４）ベンチスタッフは、日常子どもたちの健全育成を目指して指導に当たっている者であること。

（５）本大会期間中は、ベンチスタッフ及び保護者は、絶対に子どもを怒ってはいけない。

９　競技規則　　令和〇年度 公益財団法人 日本バレーボール協会の定める６人制競技規則による。但し、別に定める小学生バレーボール競技規則を採用する。

10 競技方法　参加チーム数により，事務局（大会実行役員）にて決定する。ただし，組み合わせは，参加者６人の経験年数値（入部からカウントした経験延月数）の合算を参考に，レベルの均等化を図る

11　日　　程　　８：００ 体育館開館
　　８：３０ 代表者会議（大会の趣旨説明を含む）
　　９：００ 開会式
　　９：３０ 競技開始
　　１５：３０ 競技終了

12　表　　彰　　順位の表彰は行わない。
　　ブロック毎に特別賞（スマイル賞・元気賞等）を与える。

13 申込方法　　都道府県小学生バレーボール連盟ホームページの別紙申込書をダウンロードし，必要事項を入力の上，メールに添付（Excel のまま）して下記宛てに送付すること。
［申込先］　〇〇小学生バレーボール連盟　大会事務局
E-mail：

14　申込締切日　令和　　年　　月　　日（　　）まで

15　参加料　１チーム　　円（当日受付に支払いください）

16　組合せ 主催者側で責任抽選を行い，チーム責任者に連絡する。

（１）参加チームは，必ずスポーツ傷害保険に加入していること。
（２）主催者と参加者が手作りの大会として運営するため，各チーム審判ができる準備をしてくること。
17　その他
（３）問合せ先　　都道府県小学生バレーボール連盟
大会事務局
Tel
E-mail：

Ⅲ　低学年層からバレーボールに親しむ機会を増やすために
～ソフトバレーボール大会の推奨～

平成 23 年度より小学校体育科教材の中にネット型ゲーム及びネット型ボール運動として、ソフトバレーボールが導入されました。それを受け、（公材）日本バレーボール協会では、ネット型ボール運動、ソフトバレーボールの、小学校教員に向けた教材支援事業としてソフトバレーボールの教育教材冊子「楽しいな、ソフトバレーボール」を作成しています。それには、以下のようなラリーを続けるための用具やルールの工夫が掲載されています。

【ボールの選択】　ビニール製　　１００ｇ　　５０ｇ　３０ｇ　２０ｇ
【ネットの高さ】　１５５ｃｍ　～　２００ｃｍ
【ルールの工夫】

サーブ	コート内はどこからでもよい　投げ入れてもよい 失敗はやり直し、
	ショートサービスラインから 失敗はやり直しかサーブ権は移動するが得点は入らない
	ショートサービスライン～エンドライン 失敗は相手の得点となる
ボールタッチ	無制限
	５回以内
	３回以内
ワンバウンド	返球まで何回でもよい
	返球までに１回だけ可
	不可
ボールキャッチ	トスをあげる人はつかんで投げ上げてよい
	キャッチはできない
ドリブル	同一選手が２度続けてボールに触れてよい
	同一選手が２度続けてボールに触れてはいけない

子どもの実態に合わせて、どの用具、どのルールで行うか選択してゲームを行うことでラリーを楽しめるようになります。

大会への参加というと、チームに所属していない子どもたちにはハードルが高くなってしまいます。そこで、チームに所属している子どもたちが、未経験の友達を誘っていっしょに参加できるような大会を開催できるよう大会要項の例を提示します。学年や経験の差を考慮してルールや用具を工夫し、みんながラリーを楽しみながらゲームができる大会をつくっていきましょう。

ソフトバレーボール小学生大会開催要項(案)

１　目　　的　　生涯スポーツの一環として、ソフトバレーボールの実践活動を低年齢層から習慣化させ、小学生バレーボールの普及・振興に努める。

２　主　　催　　〇〇バレーボール協会

３　主　　管　　〇〇小学生バレーボール連盟

４　後　　援　　〇〇市　　報道〇〇社

５　協　　賛　　株式会社ミカサ／ 株式会社モルテン

６　開催日時　　令和　　年　　月　　日（　　）

７　会　　場

８　参加対象

（１）バレーボール未経験の小学生（市町村レベルのバレーボール大会の出場経験のないものは JVA に登録してなくてもよい）

〇小学生１・２年生の部

〇小学生４年生以下の部

〇小学生５・６年の部

＊チームの中に上学年が一人でもいれば、上の学年の部に出場することになる。

（２）バレーボール経験の小学生（市町村レベルのバレーボール大会の出場経験のあるもの）

〇小学生４年生以下の部

〇小学生５・６年の部

９　チーム構成　　１チーム（監督　１名　　選手４名　　控え４名以内）

10　競技規則　　（公財）日本バレーボール協会ソフトバレーボール小学生競技規則に準じて行うが、未経験の部においては、主催者が定める特別ルールを適用する。

11　競技方法　　出場チーム数に応じて、未経験者、経験者別の学年別にいくつかのブロックに分けて、リーグ戦で行う。

12　試合球　　ミカサボール　ソフトバレーボール（主催者が準備する）

＊未経験の部は、ビニール製のボール、経験の部はゴムボールを使用する。

13　大会日程

８：００～	参加者受付・会場準備（全チーム）
９：００～　９：２０	開会式
９：２０～１０：００	講習会（ルール、試合の進行等）
１０：００～１５：３０	競技
	閉会式は行わない

14　表　　彰　　各ブロック第１位から３位までを表彰する。

15　申込方法

都道府県小学生バレーボール連盟ホームページの別紙申込書をダウンロードし、必要事項を入力の上，メールに添付（Excel のまま）して下記 宛てに送付すること。

［申込先］　〇〇小学生バレーボール連盟　大会事務局

E-mail：

16　申込締切日　令和　　年　　月　　日（　　）まで

17　組合せ　　主催者側でブロック分けをし、責任抽選を行う

18　参加料　１チーム　　円（当日受付に支払いください）

19　その他

（１）大会参加者はスポーツ傷害保険に加入していること。

（２）大会中の傷害について応急手当は主催者が行うが、それ以降の責任は負わない。

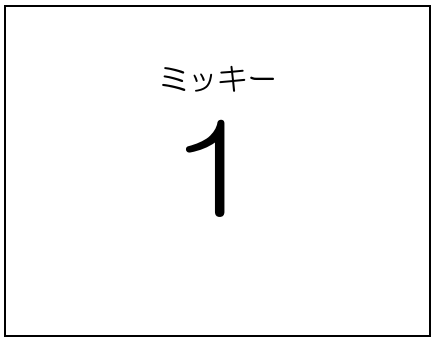
（３）参加者は、スポーツのできる服装と体育館用シューズを持参ください。

（４）ユニフォームのない者は、運動シャツの背にチーム名と番号１～８のゼッケンをつけること。

（下記を参考にして手作りでよい。）

ビブス着用でも可。

横３０㎝程度



縦２０㎝程度

（５）大会についての問い合わせ先

小学生バレーボール連盟　事務局

TEL

Ⅳ　明るく楽しい大会づくり(BGM・掲示物・メディアの活用)

BGM の活用



　イギリスのブルネル大学の研究では、長距離ランナーに「クィーン」や「マドンナ」の曲を聴かせたところ、走行距離が１８%伸び、タイムも短縮したというデータがあります。このように運動する時に音楽を聴くと、運動能力がアップする研究が多数あります。

「今日がもっと楽しくなる行動最適化大全」　樺沢紫苑　著　より

明るい雰囲気につながる掲示物やキャラクターの登場　　アフォーダンス理論より

> 　アフォーダンス理論とは、「環境（物）が持つ形・色・材質などの特性は、もともと人や動物に提供（アフォード）されるべき情報として備わっていて、それらは人や動物の知覚や行為を促すきっかけ（アフォーダンス）を含んでいる」とする概念です。たとえば身近な例だと、「床はそこに『立つ』という情報を人に提供（アフォード）している」「椅子は『座る』という情報を人に提供（アフォード）している」「マグカップの取っ手は『持ち上げる』という情報を人に提供（アフォード）している」と言えます。

　この理論で考えれば、球場に人気のキャラクターを登場させるプロ野球や大会をジャニーズで盛り上げていたグラチャンバレーは、理にかなった盛り上げ方だと言えます。そこにキャラクターがいるから楽しくなる、元気づけるチームの横断幕なども大会を楽しくする必須アイテムと言えるでしょう。

テレビや新聞・Youtube の活用

　子どもたちは、大人の反応を見ながら、善悪を判断したり、価値観に気づいたりしていきます。大人たちが何を喜んでいるか、何に賞賛を与えているのか、何に怖がったり怒ったりしているのかを、冷静に見て、自分の行動を決めていきます。

　試合をしている時には、子どもは試合に夢中で大人たちの様子が見えにくいものです。ビデオで撮って、再度プレーを見直すことは、子どもを前向きにさせますが、その時は良かったことだけを伝えてください。次こうしようという投げかけもＯＫですが、欠点を論うような反省会は逆効果です。控えましょう。

　新聞やテレビなどのマスメディアに掲載された時にも同じように、これをがんばったことや良かったことをほめる機会にしましょう。褒められたことが、きっと次へのエネルギーになるし、試合好きの子にしていきます。

　大会を楽しくするのは、試合好き、大会好きな子どもを作ることからスタートです。

（3）　審判委員会

20.1.1 競技参加者は、公式バレーボール規則に通じていなければならない。また、それを忠実に守らなければならない。 20.1.2 競技参加者は、審判員の判定に対し、スポーツマンらしく反論せず、受け入れなければならない。疑問がある場合には、ゲームキャプテンを通じてのみ説明を求めることができる。 20.1.3 競技参加者は、審判員の決定に影響を与えたり、またはチームの反則を隠したりする行為や態度は避けなければならない。

（６人制競技規則から抜粋）

Ⅰ　競技中のチームスタッフの言動から考えられる問題点と原因及び対応

競技会は、競技要項や競技規則によって準備され、両チームが公平なルールのもとで試合ができるように整えられます。審判はチームの信頼の中でゲームの進行を行う役目を持ちます。

指導者が審判に対してチームに有利になるように働きかける言動が見受けられますが、事実から判断を導き出す主審にとっては、判定に何らかの影響を及ぼすことになるでしょう。また選手への指導として相応しくない言葉や態度も見受けますが、審判が適切に対処したとしても選手だけでなく相手チームに与える心理的影響は少なくありません。

すべてのスポーツがそうであるように、競技会では公平なルールが尊重され、スポーツマンシップとフェアープレー精神の増進が期待されています。競技会を通して子どもたちは他者からも学びを得て自分自身の可能性を拡げていきます。自分の目標づくりもできるようになるでしょう。審判とチームとの信頼の中で、全力でプレーすることの楽しさを味わって欲しいと願います。勝負だけにこだわらない競技会の意味を共に再認識することが必要です。

Ⅱ　競技中のプレーヤーの言動から考えられる問題点と原因及び対応

プレーヤーが自分の反則を隠すのではなく自ら認める行為は、フェアープレーとしてグリーンカードの対象になります。善し悪しの判断が十分にできない小学生には最初に教育的指導を行いますが、審判の指導を受け入れない態度や繰り返しの行為、退場や失格に値する行為については大人と同じ制裁が与えられます。制裁は選手個人に与えられますが、その責任は指導者であることを理解する必要があります。子どもたちに責任を取らせないことです。

子どもたちには場面を通してルール（規則）が伝えられ、理解が深められることを望みます。「みんなが気持ちよく試合ができるってどんなこと？」「ルールが無かったら？」「ルールを守らなければどうなるの？」ルールの意味や大切さを考える機会を持つことは、良きプレーヤーになるために必要です。ルールは「知る」「守る」「守られない場合は罰則を受ける」の３つを知っておきましょう。

Ⅲ　イエローカード、レッドカードについて

競技会は一定のルールで進行し、勝負を決めなければなりません。その試合の秩序を相互に守ることが大切です。役員、相手チーム、チームメイトまたは観衆に対するチームメンバーの不法な行為は、その程度により「無作法な行為」「屈辱的（軽蔑）な行為」「攻撃的（威嚇）な行為」の３種類に分けられ、罰則の段階に合わせてイエローカード・レッドカードが適用されます。感情を荒げた言動、ハラスメ

ントに関わる行為も対照となります。本人には自覚がなくとも、疑われる行為もあります。カードは現状の行為に制裁を与えることで、次の不法な行為へ進まない抑止力であることも知っておきましょう。

「無作法な行為」：良いマナーや道徳の原則に反した行為
「屈辱的な行為」：中傷的、または相手チームを侮蔑するような言動やジェスチャー、あるいは軽蔑を表す行為
「攻撃的な行為」：実際の身体的攻撃、または攻撃的、威嚇的な行為

（６人制競技規則から抜粋）

Ⅳ　グリーンカードについて

20.2.1 競技参加者は、審判だけでなく、他の役員、相手チーム、チームメイト、さらに観衆に対しても、フェアープレーの精神で敬意を示し、礼儀正しく行動しなければならない。

（６人制競技規則から抜粋）

子どもたちがバレーボールを通してフェアープレーを知り、その大切さを考える機会を持ち理解をしたうえで行動できたなら、スポーツマンとして大きな成長です。

感謝と敬意の気持ちを持つことは、豊かな心を育み、子どもたちが自分のできることに自ら進んで取り組むための力となるでしょう。グリーンカードは提示するだけでなく、対象の選手に手渡している大会もあります。グリーンカードを「グッドカード」として活用している取り組みもあります。子どもたちの勇気ある行動をグリーンカードで賞賛しましょう。

◇こんな指導者はいやだ！（A 県　保護者アンケートの中から抜粋）

◆子どもや親・保護者を大事にしない指導者（態度及び言葉遣いの乱暴な指導者）
◆信頼できない指導者（時間・金銭などのルーズな指導者、言動の不一致な指導者）
◆学ばない指導者（指導の未熟さを子どもや親に転嫁する指導者）
◆感情をおさえられない指導者（アンガーマネジメントのできない指導者。
話す勇気・話さない勇気を使い分けられない指導者）
◆常識を疑われるチーム及び指導者（下品な言葉や話、行動、態度等）

これらの指導者は少子化、価値観の多様化、不安定な経済情勢の波に完全に飲み込まれ、今後さらに厳しい状況に置かれることが確実に予想されます。

※「変われる者（環境に適応した者）だけが生き残れる。」
(ダーウィン)

各小連独自のグッドカード　例

大会役員の皆様へ

高知県小学生バレーボール連盟

会　長　　濱　田　有　一

「グッドカード」推進のお願い

日ごろは小学生へのバレーボールの指導普及にご尽力を賜り、また多忙且つ慌ただしい時期ではありますが、本大会へのご理解とご協力に心よりもお礼申し上げます。

さて、本連盟では、ジュニアバレーボーラーの健全育成につながる大会をつくるために、日小連が推進するグリーンカードをさらに有効活用できるように、下記提示の「グッドカード」を、作成し、模範となるふるまいや感動をもらったプレーヤーに渡す取り組みをすすめています。先の第３６回四国バレーボール小学生大会においても、いくつかの会場で実施させていただきました。その会場の役員さんからはおおむねご好評をいただきましたし、閉会式で「グッドカード」を渡された子どもたちからは、何とも言えない明るい笑顔が見られました。本大会でも、これをすすめていきたい、そして「勝ち負けを超えた感動」溢れる大会をつくっていきたいと思っています。どうかよろしくお願いいたします。



※「グッドカード」は、本部受付に備えています。記載後も受付に提出してください。
グリーンカードを出した場合は、必ず「グッドカード」記載をお願いします。
グリーンカードを出していなくても、「グッドカード」を記載しても OK です。

※第３６回　四国バレーボール小学生大会で出されたグッドカード

①グッドマナー
トイレに入る前と出た後にもスリッパをそろえていました。　すばらしい行動でした。ありがとうございました。

②ファインプレー
全員でつなげた良いプレーでした。

③グッドマナー
モップがけがすばやくていねいにできました。

記載方法がわからない場合は、高知県小連役員にお問い合わせください。

④グッドマナー
ライン際をしっかり見て、きびきびとジャッジできていました。
見ていて気持ち良かったです。

⑤ファインプレー
巧みなトスワークでスパイカーに気持ちよくプレーさせていました。

⑥ファインプレー
タイムの間に仲間のためにすばやくモップがけができていました。

⑦ファインプレー
友達にボールを持ってきてあげてサーブ練習で打たせてあげるやさしさ。セッターに声がけをする思いやり。ファインプレーが光りました。

⑧フレンドシップ
ウオームアップエリアからチームメートにカー杯の声援と元気を与えていました。

（4）コンプライアンス委員会

（1） 常時活動

日本小学生バレーボール連盟体罰暴力ハラスメント通報窓口への書き込み対応

〇当該都道府県小連への対応依頼（連絡）

〇コンプライアンス違反事案の集約・分析

（2） 会議

（3）啓発活動

① 資料作成（日小連 HP 掲載用を含む）
② 全国コンプライアンス委員長会議開催
③ コンプライアンス研修会への講師派遣
④ 全国理事長懇談会での資料提示
⑤ 評議員会資料提示

（4）コンプライアンスに関わる広報活動　　～プレイヤーズセンタード～

> 自分を変えれば、周りも変えられる。
>
> 過去と他人は変えられない。
> 未来と自分は変えられる。
> （アドラー心理学）

□選手へのアドバイスや支援の仕方エッセンス

① わかりやすい方法で、具体的に教える。
- たくさんの引き出しを持っておくことが大事。
- 指導法研究。
- 指導のスキル（スモールステップ）を学ぶ。

② 対象の選手が、わからない所（つまずいている所）を把握。
- そこまでフィードバックして指導。
- 残された指導時間と目標到達までの時間を予想し、指導計画を修正。

③ 時間が不足すると予想される場合。

A できる所を確実に習得させる。
指導したい内容・スキルの精選。

B 対象選手の自尊感情を傷つけないように配慮し、習得の仕方を明示しながら、チームのレベル向上スピードに合わせて進める。

8　参考資料

①プレイヤーズセンタード（これからのスポーツ）

「SHIMIZU コーチングカレッジ　田中守氏　講演より」

◇コミュニケーション力向上と暴力根絶のための指導法

あくしゅ　（出会い）
あいさつ　（礼儀）
ありがとう（感謝）

Process	結果でなく経過を重視しましょう。
Acknowledgement	子どもを承認しましょう。
Together	一緒に楽しみ、一緒に考えましょう。
Respect	尊敬しましょう。尊重しましょう。
Observation	よく観察しましょう。
Listening	話をよく聴きましょう。

◆プレイヤーズセンタード

プレイヤーズセンタード（選手を中心にして）アントラージュ（コーチや保護者、トレーナーやドクターなどの医科学スタッフ等）が Well-being(良好・幸福な状態)を意識すること。そして自身の生活（人生）をより彩あるものにデザインすること。　　（スポーツライフデザイン）の支援。

◆リーダーシップ＝信頼×尊敬

○ わかる　⇒　できる　⇒　貢献する
○ コーチデベロッパー（コーチの育成者）
　コーチデベロッパートレーナー

5W1H
WHAT　何
WHEN　いつ
WHERE　どこで
WHO　だれと
WHY　なぜ　←要注意
　なぜなぜ攻撃「なぜ勝てなかったの」
⇒「何が原因で勝てなかったの？」
　よくできた時には「なぜそんなにできたの？」と問うのはOK
HOW　どのように

◆コーチング

相互尊敬・・・リスペクト
○ コーチング（馬車を導く）の基本
　・傾聴の姿勢（聞く耳を持つ事）
　・ティーチング（マナー・ルール　教えるべきことはきちんと教える。）
　・良くない所はアドバイス
　・本人で解決できるように
　・ほめる時は、具体的にわかりやすく。
○ グランドルールを決定
○ ダメ出しは悪の始まり。
　言い方に気をつけて。やる気を生ませるような言い方で。具体的に。
○ 理解したことを言葉にして言わせると早く定着。
○ 正しいフィードバック
　ほめて（やっていることをまず認める）⇒改善アドバイス

② 子どもの脳を伸ばす　すいみん・朝食・読書（うちの子の未来学）川島隆太氏著書より

すいみん

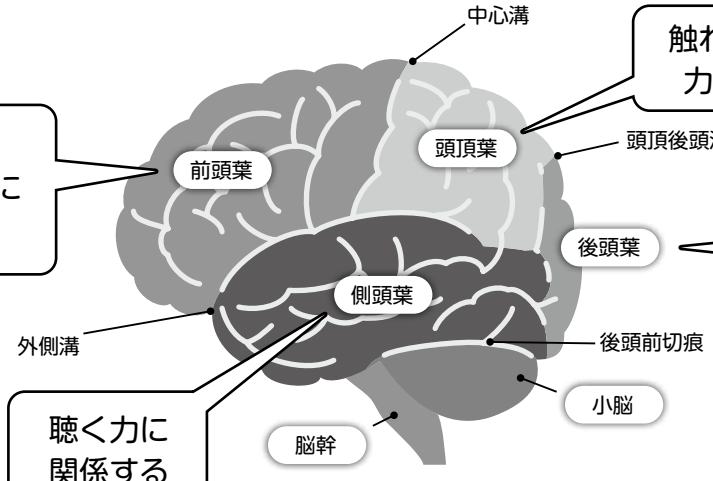
○すいみんにはリズムがある。規則正しい生活が大事。
○成長ホルモンは、眠っている時に出る。（PM11:00～AM1:00）
○学習記憶の定着も眠っている時に行われる。
○不規則な生活は、すいみんホルモン「メラトニン」の分泌を妨げる。それによって、人間の情や人間らしさをつくる脳の「前頭前野部」「扁桃体」の形成や機能に異常が現れる。だから、暴力的行為や反社会的行為に走ってしまう可能性が高くなる。
○スマホや携帯は、そばに置いているだけで集中力を妨げて、学習効果を下げるということが証明されている。1 日 1 時間以内の使用であれば支障がないことも統計的に証明されている。それ以上になれば、時間に比例して悪影響が表れる。
○朝ごはんが大事。
○朝はしっかり朝日を浴びよう。
○1 口 30 回以上の咀嚼（そしゃく）で、健康ＵＰ・学力ＵＰ

朝　食

前の日の夕食の残りのおかずでＯＫ。
冷凍のおかずでも、ないよりは数倍まし。サプリメントは推奨しない。

◆脳はぶどう糖のみをエネルギーとしている。
朝食習慣がないと、脳の活性が見られない。
しかし、おにぎりだけ（でんぷんを含む炭水化物）のみの摂取では脳は活性しない。
以下の必須アミノ酸の摂取がないと、ブドウ糖代謝が行われないことが判明。
ビタミンＢ１　・　クロム　・　リジン　・　アルファリポ酸
おかずが多い朝食をとっている子ほど、良い脳を持っている。
朝ごはんは、食べることでは不十分。
きちんと食べることが大事。おかずまできちんと食べることが大事。
※本当は、手作りのおかずの品目を多くと言いたいが・・・
おかずを多くという表現の方が取り組みやすい。

脳の作り



Wikipedia より

③子育ての基本

◇子どものプライドを傷つけない３つのポイント◇

◆頭ごなしに否定しない

◆友だちの前で否定しない

子どもも大人も、プライドという鎧を身にまとって生きています。特に男の子には、その傾向が強いと言われています。自分が出来ない事、自分が他に優れていることはそんなに多くはないことは、子どもだってよくわかっています。それを傷つけられると、以下のような態度をするしかなくなります。

◆どくれる・だまる（かたまる）

◆あばれる（はんこうする）

このような態度をとられると、さらに怒りのシャワーを浴びせかけて、追い打ちをかけたくなりますが、こうなると泥沼にはまってしまいます。第三者の救いの手が来なければ、この状態はしばらく続きます。

これを防ぐためには、次の手が有効と言われます。

◆プライドを傷つける言動を慎む（特に集団の中にいる時）

◆子どものプライドを高める　　（できる事に目を向ける）

子どもはできないことが、できるようになることに大きな喜びを感じます。でもそうなるには、的確なアドバイス（スモールステップの提示や学習方法の支援）が必要です。

子どもをやる気にさせるためには、ほめることやしかることは有効ですが、できるようにさせるためには、それだけでは足りません。

私が今、ジュニアバレーの指導者の方々に、よくお話させてもらっているのが次の言葉です。

『　真の指導とは、子どもが伸びるための具体的なアドバイスを多数持ち、その子にとって今必要なちょうどの支援や励ましを行うことである。そうすれば、結果が表れてきて、子どもは必ずやる気になります。』

④子どもの脳を傷つける親たち（友田明美　著）

「子どもの前での夫婦喧嘩」、「心ない言葉」、「スマホ・ネグレクト」に「きょうだい間の差別」―。親や周りの大人たちの不適切なかかわりや養育（マルトリートメント）が子どもの脳を「物理的」に傷つけ、学習欲の低下や非行、うつや統合失調症などの病を引き起こすことが明らかになった。

この本は、脳研究に取り組む小児精神科医が、科学的見地から子どもの脳を解明し、傷つきから守る方途と、健全なこころの発達に不可欠である愛着形成の重要性を説く一冊です。今一度、皆様の子育てを見つめ直すきっかけを与えてくれるのではないかと思います。私自身ももっと早くこの本に出会いたかった、そう強く感じています。



―「本の中から印象に残っていることば・文章」―

★ストレスの影響を受けやすい脳の部位は「海馬・・情動と記憶に関係」「扁桃体・・・好き嫌いや敵か味方かなどの価値判断に関係」「前頭葉・・・学びや記憶に関係　過剰な情動を抑制する役目も担う」子ども時代に体罰や暴言を受けた人の前頭前野の容積は約１５～２０％減少していることが判明。前頭前野の委縮は、生きにくさを感じさせ、その後の非行や犯罪につながる可能性が確実に高まる。

★より脳に大きなダメージを与えるのは、言葉のＤＶ。
子育ちの中で、トラウマ反応が最も重篤なのは、「ＤＶ目撃と暴言による虐待」。

★幼い子どもにとって親から否定されるということは、全世界から否定されるのと同じです。たとえその場では口ごたえをしたり、聞いていないような素振りを見せたりしたとしても子どもはちゃんとわかっています。そしてこころも体もショックを受けて、傷つくのです。暴言の一つ一つは小さな毒かもしれませんが、感受性が強くやわらかな子どもの脳には、ボディブローのようにダメージが少しずつ積み重なっていきます。

※しかる時は、行為をしかって、人格否定はしないこと！

★マルトリートメント被害にあってきた子どもをケアするための第一原則は、まずその子の安心・安全を確保することです。「支え、見守り、はげます。」

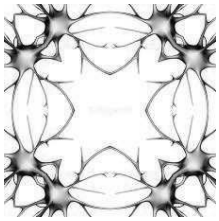
★愛着障害の子どもたちは、自己肯定感が極端に低く、叱られるとフリーズしてしまい、褒め言葉はなかなか心に響かないという特徴があります。健常な子ども以上に、褒め育てを行う必要があります。
※愛着障害とは、養育者との愛着が何らかの理由で形成されず、子供の情緒や対人関係に問題が生じる状態です。 主に虐待や養育者との離別が原因で、母親を代表とする養育者と子供との間に愛着がうまく芽生えないことによって起こります。

★日々子どもと接する中で、マルトリートメントが全くないという家庭など存在しないでしょう。しかしながら、マルトリートメントの強度や頻度が増した時、子どもの小さな心は確実に傷つき、成長過程の脳は変形する可能性があるということを、私たちは見逃してはいけません。

⑤ミラー細胞（ミラーニューロン）について。

参考文献「ミラーリングの心理学　大崎敦子著」

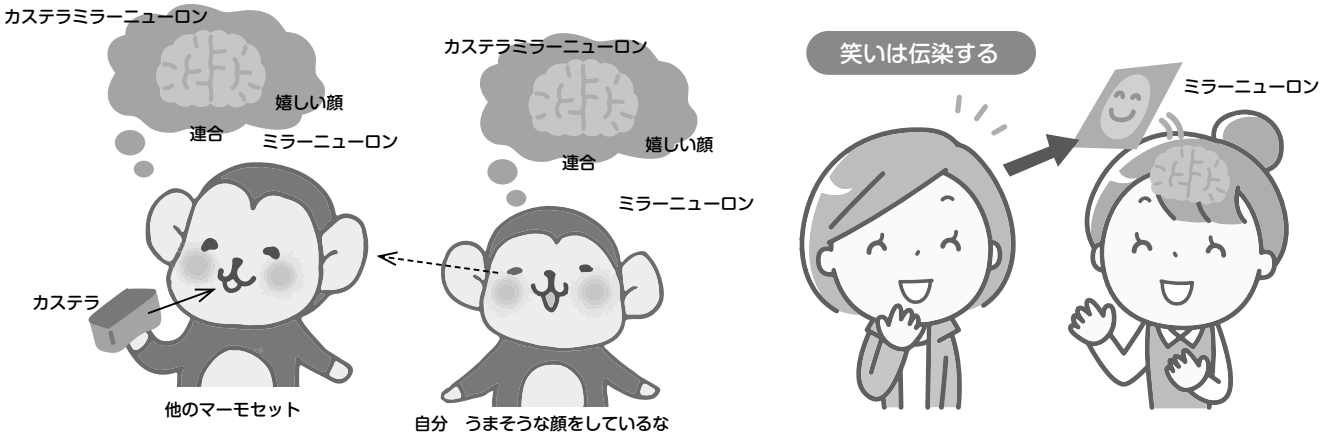
「人間は、環境の動物である」
「子どもにとって先生は大人のモデル」
「朱に交われば、赤くなる」
「親の背中を見て育つ」



◉ミラー細胞（ミラーニューロン）とは

ミラーニューロンとは、霊長類などの高等動物の脳内で、

自ら行動する時と、他の個体の行動を見て、まるで自身が同じ行動をとっているかのように〝鏡〟のような反応をすることから名付けられた。他人がしていることを見て、我がことのように感じる共感（エンパシー）能力を司っていると考えられている。このようなニューロンは、マカクザルで直接観察され、ヒトやいくつかの鳥類においてもその存在が確認されている。ヒトにおいては、前運動野と下頭頂葉においてミラーニューロンと一致した脳の活動が観測されている。



子どもたちに、よりよい環境を与えてあげるのが、私たち大人の役目です。
「利他の心」を持ち、「ありがとう」と感謝し合う大人の環境の中で、力を合わせて働く姿、学び合う姿を見てもらいながら、子どもたちをまっすぐ育てていきましょう。子どもは良いことより、楽な事、わがままなことをすぐにミラー化（まね）します。たいへんですが、ともにがんばりましょう。

⑥『人間は、３日で変われる。』

この言葉は、アルフレッド・アドラーの言葉です。

私は、何人かの先輩の先生方からこのようにご教示いただいたことがあります。そしてこの言葉が今でもとても心に残っています。

「あなたのいろんな成功や失敗や挫折や後悔や人からの賞賛や批判などの全てが、今のあなたを作っている。経験全てが人を大きくする。がんばってきた人にこそ見える世界がある。人はいつでも変われる。前を見て進みましょう。子どもたちのために。自分のために。みんなのために。」

さて、表題のアドラー心理学の特徴は、「すべての悩みは対人関係の悩みである」とした上で、フロイト的な原因論とは正反対の「目的論」の立場をとるところにあります。

わかりやすく言うと、「子どものころに虐待を受けたから、社会でうまくやっていけない」と考えるのがフロイト的な原因論ですが、アドラー的な目的論では「社会に出て他者と関係を築きたくないから、子どものころに虐待を受けた記憶を持ち出す。」と考えます。過去に甘えている（と感じられる）人たちを、否定しているのです。

つまりアドラーによれば、人は過去の「原因」によって突き動かされるのではなく、いまの「目的」に沿って生きているということになります。こうしてトラウマを否定するアドラーは、人生（生き方）とはいつでも選択可能なものであり、過去にどんなつらいことがあったとしても、これからどう生きるかには関係がない、と言っています。今流行の脳科学とは異なる考え方です。よく言われるポジティブシンキング（前向き思考）は、このアドラー心理学をもとにしています。

人は変われないのではなく、ただ「変わらない」という決心を下しているに過ぎない。今、幸せを実感できない人に足りないのは、能力でもないし、お金でもないし、恵まれた環境でもない。変わること（幸せになること）にともなう「勇気」が足りないのです。それがアドラーの主張の根本です。

たしかに、過去がこうだからこうなって仕方がない、と考えてしまえば、過去の経験に人は永遠にしばられてしまって夢や希望を持てなくなりますね。「私はこうなりたい。」「私はこんな人生をおくりたい。」と思いながら、目の前のことをきちんとしていく中に、幸せがあると考えるほうが、より幸せだと私も思います。

人の数だけ、人生があり、考え方もまちまちです。価値観も異なります。でも、朝が来ない日はありません。いやなことがあっても、切り替えながら、アドラー心理学にあるように、変わること、より良く変われることに光を見出し、充実した毎日を過ごしましょう。大人の私たちが「生きる」ことを楽しむと、子どもたちも「生きる」ことに夢を持てるでしょう。

アドラー心理学をちょっと、頭の片隅に置きながら、さあ、みんなで、明るく元気な日本小学生バレーボール連盟をつくっていきましょう。

⑦トラブルを解決する力

＝　トラブルの解決にあたってリーダーの心得　＝　　「コンプライアンス委員会」

◉解決のほとんどは、折り合いをつけること。同じことを繰り返させないこと！
◇双方が納得すれば良い。
◇白黒をはっきりさせられない場合が多い、ということを事前に理解していることが大事。
◇善いか悪いかよりも、指導者が好きかきらいかを優先して納得させた方がいい場合もある。
※そもそも世の中の正義とは何かについては、人それぞれ多種多様な考え方がある。

◉客観的な事実や信用できる複数の証言がある場合、または指導者が直接見た場合は、確実に白黒を決める。
※大岡越前の裁きで良い。（弁護士・検察・裁判官の一人３役。）
「あなたが悪い。言い訳はあとで聞く！」→①謝罪させる
②代表者に連絡
③保護者に連絡
電話・訪問・来訪を促す等

行為をうらんで人はうらまず！

◉急なトラブルには、一呼吸おいて、最善の方法を熟考して慎重に対応。（１５分が限度）
◇それ以降は、同じ説話や質問・詰問の繰り返しになる場合が多い。
◇15 分以上になると、指導が怒りに変わり止められなくなりがちになることが、証明されている。

◉トラブルはその日のうちに解決・または解決の方向性を示す！パッパッと！
◇無理にその場で解決しなくても良い。その日のうちでよい。
（保護者連絡が必要な場合もその日に）
◇行き詰っても、無理をすると時間に追われてまちがった裁きをしてしまう確率が高くなる。

子どもの声をしっかり聞く・鵜呑みにはしない！

◉トラブルのほとんどは時間が解決。場を変える・人を変えるのも手。
◇双方に恨みが残らないようにするのが私たちの大きな役目。

◉自分を守るため、周りを守るためには時には,右からやってきたものを左に受け流す姿勢も大切。
◇（経過観察しながら）見てみぬふり、知らないふりも効果的な場合がある。

◉指導に夢中になり過ぎない。トラブルに関係のない子どもの活動・練習・学習権は保障。まずは自分で処理できる範囲の指導を心がける。
◇予想外の行動を起こした子にも原則、自分自身が対応可能な範囲の指導。

子どもは空気を詠む。自己防衛のためにうそもつく。威嚇された自白は１つの資料に留める。

◉「また明日練習に来よう。」と思える逃げ道を子どもにも保護者にも残してあげる。
指導に甘さ不必要であるが、愛はいっぱいいる。（あなたを愛しているオーラを！）
◇叱っている時には、フォローは入れない方がよい。せっかくの指導の効果がうすまってしまう。フォローは、後で指導した者が中心となって、児童が落ち着いてから入れてあげる。
◇第３者のフォローはよくよく考えて！効果的になる場合もあれば、逆効果になる場合も多々ある。

◎一日の始まりは希望で迎え、一日の終わりは感謝でしめくくろう。

⑧特性がある子への対応の仕方

臨床心理士　濱川博子氏　講演会から

◆指示の仕方

□指示は、短く・具体的・ゆっくりていねいに！
□視覚支援は重要。（大きく書いてあげよう。）
　ルールはわかりやすく。
□目的意識を持って、指示をしっかり伝える。
□待ち方にもバリエーションを持っておく。
（ピシッと・目線だけ・その場でストップ・読書ＯＫなど）

◆指導の仕方

□指導した後、フォローを入れる場合もよくよく考えて。
　指導の成果がうすまらないように、気をつけながらフォロー。
　時間をおいて、優しくする方が無難。
□やさしいからこそ厳しい。
　指導に甘さはいらないが、愛はいっぱいいる。
□大きな声で威嚇する以外の、強烈な指導方法をたくさん持っておこう。
　反応しない。　低音でゆっくり話す。　目力。
　ノンバーバルコミュニケーション（体勢・体形・表情）。　ぐっと手をにぎる。
　サイコパス（怒りと賞賛の振れ幅を大きく）
□良いか悪いかよりも損か得かで行動する。
　良くない行動をしたら、損だという経験を何度もさせながら、良い行動に導いていくことが結果的には近道になる。
□がんばらないことはほめない。中途半端なほめ方は、集団の伸びのストッパーとなる。「あなた」がいるからがんばれない。そう思われないように、指導者は日々切磋琢磨、自己研鑽が必要。

◆日常行動の改善

□突然の割り込み（会話・行動）には、取り合わない。
□今伝えたことを聞かせる・行動させる。できるまで。
　時には、最後の人をあえて待たずにスタート！
□選手によるチームのルールづくり（選手がつくるチーム）。

◆その他

□クールダウンさせる場所を決めておく。
□ピーンと張りつめた空気感とたまり場的な自由空間をバランスよく醸し出すチーム（練習環境）、によって思考力は育てられる。
□すばらしいチームの視察。
□チームスタンダード提示・確立。
　自分たちで進める練習・試合。

信頼関係は一朝一夕には築くことはできない。これは大人も子どもも同じ。子どもは、弱い立場ゆえ先生との信頼関係を築きたいと常に願っている。毎日の生活の中でそれは一段ずつ積まれ、完成していく。

⑨はじめてのアンガーマネジメント　実践ブック　　安藤俊介　著から

◉怒りは性格ではない、感情の癖である。

幼い頃から触れている感情を大人になっても選択しやすいという傾向が見られる。
感情と上手につき合えるようであれば、感情の癖は大きな長所になる。しかしそれが難しければ大きな短所にもなる。感情は性格ではなく癖だから、改善（解消）できる。

怒りの感情をコントロールできることは、今やリーダー（指導者）の必須条件

◉改善のためのポイント

➡怒りの原因になっている要素をできる限り除去⬅

〇怒りの原因に近づく機会を減らす。近づく時を考える。
〇怒りを予想して、その対処方法も考えて、怒りの原因対象に近づく。
※怒りは瞬間的に生まれるのではない。怒りの対象を狙っている。
〇自分の怒りの型（怒りっぽい人６パターン）を知り、その改善方法に取り組む。

公明正大タイプ	ぶれずに突き進むまっすぐな人　「・・・べき」を多用。
博学多才タイプ	何事にも博学多才できっちりさせたい人 潔癖な完璧主義者
威風堂々タイプ	いろいろおまかせしたい 自他ともに認めるリーダー　プライドが高い
外柔内剛タイプ	表面上は穏やか　いろいろ頼まれ断れないストレス
用心堅固タイプ	勝てない勝負は決してしない戦略家 レッテル貼りをする傾向　人間関係がスムーズにいかない
天真爛漫タイプ	何でも思い通りにかなえたい自由な表現者 思ったことを思った通りに発言　自己主張が通らないときに怒り

《キーワード》
聞き流す・放っておく
根本的な解決は後に回す。
「それもそうね」

《気を付けるべき怒りの癖》
① 強度
② 持続性
③ 頻度
④ 攻撃性

感情的にならない本　　和田秀樹　著
いつも同じ人、環境、に引っかかっていませんか？
人の感情は変えられないものと割り切ろう。
白黒ではなく、薄いグレーか濃いグレーかで答えることも大事。

⑩読書のすすめ

「コンプライアンス委員会」

◆『人間は得をすることには強い行動力を示す』

読書のメリットを知ることは大変重要。

意外と知られていない３大読書メリット『メリットを知ることのメリット』

◎読書メリットの前提知識：成功者はみんな、読書をしている

読書メリット①　想像力が身に付く

「センス(感性)は情報量に比例する」「本を読むと、センスが磨かれる」

人類史上最強の頭脳を持っているといわれているアルベルト・アインシュタインも

「想像力は知識よりも大切だ」と言っています。

読書メリット②　語彙力が身に付く

語彙力を身に付けると

- 言葉に重みが出る
- ユーモア性に富む
- 教養があるように見える

コミュニケーションにおいて非常に有利になっていきます。

読書メリット③　知識が身に付く

知識を持っているだけで選択肢に圧倒的な差が生まれてきます。

知識を身に付けると、どんな問題にも対応できる貴重な人間になることができます。

脳にとって

『スマホはダメージ』

『読書はエネルギー』

しかし、寝る時間をけずってまでの読書は悪影響。

『知っているか知っていないかは大きな問題。知っていてしないのは、その方の生き方の問題でもあるが、社会を危険にさらす可能性も大きくなり、やはり大きな問題。』

情報を得るか得ないかによって、子どもの将来は大きく変わってきます。これらの情報は、スポーツ科学や脳科学や臨床心理学・教育学から近年導き出されたものです。

これらを、私たち指導者が周りの方にしっかりと伝えていく使命があるでしょう。そして、選手や保護者、指導者の皆さんがそれを知った上で、これからのチーム運営を考えるように、日本小学生バレーボール連盟コンプライアンス委員会は促していきたいと考えています。

⑪自尊感情を高める学級づくり

平成 31 年１月１８日　菊地省三氏　講演会から

ほめて　みとめて　はげまして（もりあげて）　　そして　成長へつなげる。

・美点凝視「観察力」が大切・・・「ほめる力」の８割が観察力

・対話や話し合いは、人間関係をよりよくするために行うものである。

◇ほめ方の基本

行　動　＋　3S　＋ありがとう

3S（さすが・すごい・ありがとう）

◇話し合いの８つのルール・・０歳から 100 歳までの哲学入門　P47

①何を言ってもいい
②相手を傷つける言動はいけない
③否定的な態度はいけない
④お互いが問いかけ合うように
⑤知識だけでなく、自分の経験にそくして・・
⑥まとまらなくてもいい
⑦途中で考えが変わってもいい
⑧わからなくなってもいい

対話力
話す事×聞くこと

教師の身体スキル
雰囲気
（態度・ふるまい・しぐさ）

◇コミュニケーション力・・教師のことばや雰囲気作りが、教室や学校の雰囲気に影響する。

（内容　＋　声　＋　態度（表情））　×　思いやり

７％　３８％　５３％

相手を好きにさせる・話を聞こうと思わせる　には９３％の　非言語部分が大事。

◇労働には３種類ある（トヨタ自動車）

〇肉体労働
〇頭脳労働
〇感情労働・・・教育には、感情労働の部分が大きい。

子どもが求めている事！
「見てほしい。認めてほしい。
愛してほしい」

◇言われて喜ぶ言葉（嬉しい）の男女差

男（SOS）	女（ADT）
S　さすが	A　ありがとう
O　おしえて	D　大丈夫
S　すごい	T　大変だったね

対話の基本・コーチングの基本
同じ目線で

◇ほめる達人協会　推奨　3S

S　さすが　　その他のS　さいこう
S　すごい　　すてき
S　すばらしい　　そうだね

※講演会後の感想
学級をまとめ、伸ばしてきた先生の指導のポイントを学ぶことができ、なるほど、納得することの多かった 90 分であった。自分に取り入れられる所から実践していきたい。

⑫会話で知っておきたい７つのポイント　コンプライアンス委員会

１　突然質問が来た時。

➡　相手の意向を充分うかがい、即答はしない。

「考えさせてもらいます。」「後日回答させてもらいます。」

「〇〇に相談させてもらいます。」

２　具体的な答えを求めてくる質問が来た時。

例「どうしますか？」「どうしてくれますか？」

➡　相手がどうしたいのかを聞いてから、答えるようにする。

「１」　の答え方も参考に！

（相手にこうしたいという考えがある場合が多い。軽く答えてしまうと、逆に否定されて立場が逆転する場合がある。「先に動くと不利！」）

３　親しいと思っている人との会話にも注意する方が良い。

こちらとあちらで信頼の度合いに温度差がある場合、気を許した発言や行為が、致命的な問題に発展する場合がある。余計な事は話さない方が事故にはならない。

４　お互いの意見が違った場合。

大きなことでなければ、相手の意向を尊重する事が肝要。

５　文字に残る、データに残るものには、細心の注意を！

６　相手の見える景色と自分の見える景色は違う。

相違点よりも共通点を見るように心がけたい。

７　Ｔ（時）Ｐ（場所）Ｏ（機会）Ｈ（人間関係）Ｄ（距離間）　を意識した会話を！

- 一人よりチームで取り組む方が良いのは明らかである。
- 信頼を築く段階が楽しいが、むずかしい。
- 周りに人がいるかもしれないという意識は常に持ちながら会話しよう。
  （細切れにして伝えられる場合がある。）
- 悪口と聞き手に感じられることには要注意。（会話の最後はポジティブに！）
- 常に相手意識を持って！

人間はすばらしいけど、人間関係はややこしい。ややこしいけど、おもしろい。
そして、楽しくて、すばらしい。人間で良かった。

⑬組織マネジメント

★　One　of　ALL　　All　of　One
1 人はみんなのために、みんなは１つの目的のために・・・

★　組織とは・・・
（協働行為の体系）
1　共通の目的
2　一人ひとりの貢献・意欲（やる気）
3　コミュニケーション

★　良きリーダーはまず自分を　リードする。（自律）
人をリードし、組織（チーム）をまとめる。

★リーダーのあり方
組織の状態やメンバーによって、リーダーシップの発揮の仕方が違う。
〇引っ張るリーダー
〇まかせるリーダー　　両方が大事。

★リーダーの役割
1　組織力向上
2　セルフアセスメント（自己評価をして、行き先を示す）
3　気づき
リーダーは組織をよくするためのお医者さん。
判断力と治療の腕

★コーチ
〇できない子をできるようにさせる技術
〇スモールステップを理解し、選手に応じて指導できる。
〇できない選手になぜできないのかを聞いても無理。答えられればコーチは不要。

★いいチーム・組織
〇「ありがとう」が多い。
〇当たり前を当然と思わない。
〇あいさつが自然に言える。

★バーバルコミュニケーション（言葉）
★ノンバーバルコミュニケーション
（ふるまい・服装）７０%～８０%
子どもにとっては、目・耳に入る物全てが先生である。

★一日の始まりは、希望で始まり、　一日の終わりは、感謝で終わる。

⑭不機嫌は罪　参考文献「明治大学文学部教授　斎藤孝氏　著書　不機嫌は罪　角川新書」

これは、今私がはまっている本である。作者はテレビにもよく出ておられる「明治大学文学部教授　斎藤孝氏」である。年齢は私とほとんど同じ。ということは同じ時代を生きて来たということである。その作者が「本の帯」にこう述べている。

> 私自身が青年期に「不機嫌な時代」を過ごしたことで、不機嫌の罪深さと上機嫌の底力を身に染みて知ることができました。「職業としての上機嫌」という言葉を胸に刻み、ぜひ上機嫌の作法を学んでいただければと思います。

確かに私たち昭和３０年から４０年台前半生まれの大人は、「不機嫌な時代を過ごした」のかもしれない。

「巨人の星」「あしたのジョー」「タイガーマスク」「太陽にほえろ」「キーハンター」「寺内貫太郎一家」「必殺シリーズ」「水戸黄門」・・・など人気のテレビ番組を思い出してみても、今でいう暴力シーンや虐待シーン・ハラスメントシーンが番組のクライマックスの場面で必ずと言っていいほどあらわれ、それに興奮していた時代であった。政治もしかり、庶民の生活もしかりである。

これはこれで楽しくもあったが、今この平成～令和の時代にそぐわない事が多くなった。若い人たちのほとんどは、それを見て楽しいと思うことはない。その証拠として、このような番組はほとんど作られない。私の息子たちも、鼻であしらう感じで、「昔」を見る。

怒りや争いまではいかなくとも、不機嫌な雰囲気までもが大変嫌われる時代である。前にも述べたが、人は命が一番、健康が一番である。この不機嫌な感じを出したり受けたりすることは、健康寿命にはマイナスであることが医学的にも証明されている。大活躍したスポーツ選手や名指導者や役者たちの中に、人生を短く終えた方が多くいるのは、この感情の起伏の大きさも要因の一つになる場合もあるということだ。逆に考えると、僧侶が長生きするのも納得できよう。

健康に悪影響をもたらす環境にはいたくないというのは、人が選択する自然な成り行きであろう。だから、不機嫌になることが予想される人の近くには、できる限り近づきたくない、というのが本音となる。

また集団の中に、一人でも不機嫌な状態を突然、しかも当たり前のように醸し出す人がいるともうそれだけで暗い雰囲気になる。あの有名は「グーグル」がどのような集団の生産性が高いのかを、大規模調査したところ、圧倒的に優位な結果を残した組織は、「心理的安全性」が担保された集団だったそうである。日本的に言えば「人間関係の良好な集団」ということになる。若い人が何を基準に職場を選ぶのかを問うアンケートが日本でもよく実施されているが、それでも１位に座るのが「人間関係の良好な集団」である。

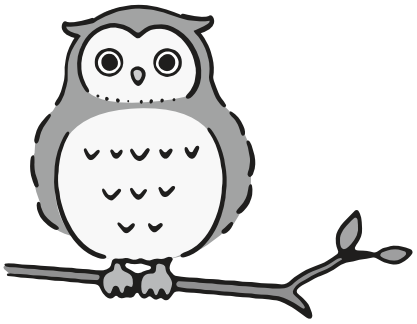
集団の中に不機嫌な方が一人二人いても、まだ我慢できるが、それが上司となるとこれはややこしい。また家族にいるといたたまれなくなる。家族の場合は許し合えても、上司は本当に困る。上司には不機嫌を利用して、事を進めていこうとするスキルも多少は残してもよいとは思う。しかしこれが常時であったり、いつそのような不機嫌攻撃に合うのかがよめなかったりする上司の下では、だれも働きたくない。やはり、斎藤孝氏の著書の題名のように「上機嫌は職務」。そう考えて間違いない。そうあってほしい。そうなってほしい。そうありたい。

最後に、斎藤氏はこの本で、不機嫌が許される者がいると教えてくれている。それは、天才と１０歳以下の子どもだそうだ。それでも天才もいつかは天才としての能力に陰りはくるし、不機嫌を許された子どもも成長すれば、許されなくなる。「上機嫌は職務」のスキルを得ていなかった場合、彼らは、人が去っていくという寂しさを一早く体験することになってしまうのである。

⑮世の中を見る４つの目を磨こう！

「コンプライアンス委員会」

『鳥の目』

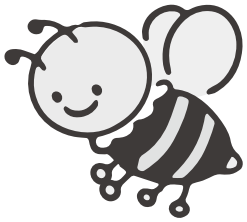


全体を高い視点から捉える目。

「俯瞰力（ふかんりょく）」

✦今の自分が行っていることや考えていることが、まわりから見て、どのように見られているかについて考えること。
✦社会の出来事が、どのような状況や関係が起因しているのかについて考える力。

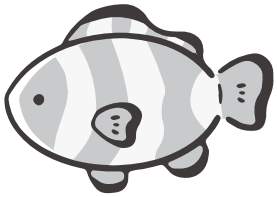
『虫の目』



物事を小さく細分化し、掘り下げて細かく丁寧に見る目

「凝視力（ぎょうしりょく）」

『魚の目』



時代の流れや潮流を的確に見る目。

「洞察力（どうさつりょく）」

『こうもりの目』



逆の立場で見る・発想を変える目

「批判的思考力（ひはんてきしこうりょく）」

言い換えれば、様々な場所から物事を見ると言う視点の数・視点の切り替えです。
※視点を増やす方法４つ。
①良き先生との出会い　②聞く
③経験する　④読書

※これからの先行き不透明な時代を生き抜くためには、これらを相互に関連させることにより、世の中をよりきちんと把握して、ミッションやビジョンを具現化してくことが、大切だと言われています。教養として、頭の片隅に残しておきたいですね。

⑯みなさんの声　　A 県アンケート集計　(保護者より回答分)

◇小学生バレーボールについて保護者のご意見、ご感想　(保護者回答)

保護者からの願い

- バレーボール人口が増えてほしいです。
- 団体行動、チームプレイをたくさん学んでほしいです。
- 話しを聞く態度、あいさつなどが特に大切だと思います。
- 能力、技術も大切ですが、礼儀、人間としての心の成長(思いやりなど)を一番身につけてほしいです。
- 小学生の時にしっかりバレーボールの基本を身につけてほしい。
- 何事もあきらめない気持ちを身につけてほしいです。
- 子どもたちは一生懸命です。周囲の保護者は勝敗だけでなく、子どもたちの成長を見守りたいですね。

A 県小学生バレーボール連盟への要望

- バレーボール人口を増やす対策が必要だと思います。
- 子どもがケガをした時のために各会場に応急処置できる人を育成・配置してはどうでしょう。
- 有名選手等とのふれあい・バレーボール教室を定期的に開催してほしいです。
- ホームページの組み合わせ・結果等をリアルタイムにできないでしょうか。
- サッカー人気がすごいですが、バレーボール教室等を連盟・協会・県教育委員会等とタッグを組み、「地道」な活動をやって欲しい。特に１０年後を見据えた取り組みに期待します。
- ケガ予防の学習、ケガ時の対処の方法などの指導もお願いしたいです。
- 「バレーボールは厳しい」というイメージを払しょくすべきです。連盟の取り組みをポスター作製して PR 活動も大切だと思います。
- 指導者が増えればチームも増えると思います。まず各市町村に 1 名以上の指導者育成する取組みから始めてはどうでしょう。
- チームにより考え方、雰囲気も違うので、入部選択にあたり、前もってチームを知る事ができるように連盟のホームページを活用して、チーム紹介など広報活動してはどうでしょう。

◇部員増加につながった取り組み(工夫)　　(A 県のチーム代表者・部員アンケートから)

入部のきっかけ

- 子ども同士の声がけ、保護者同士の声がけがによって入部してくれました。
- 見学会、体験入部を経験してから入部してくれました。
- お兄ちゃん、お姉ちゃんが入部していたから・・
- バーベキューやクリスマス会などイベントがあるから・・
- 学校より「何か 1 つのスポーツをしましょう」と勧めがあったから・・

工夫していること

- 「球技クラブ」として募集をかけ、メインはバレーボールだが、リレー、ドッジボール、フットベースボール、野球など多種目競技を取り入れてやっている。
- イベントもバーベキュー、クリスマス会(ケーキ作り)、親子での球技を楽しんでいる。
- オリジナル募集ポスターを作成している
- 高学年・低学年と練習日を変えてレベルに応じた日程・練習内容にしている。
- ホームページを作成して活動を載せている。
- 入部募集チラシを作成し、多い時は年３回程度学校にて配布してもらった。
- バレーボール教室を３月～4 月に毎週開催している。
- 感謝の心を育てるように指導している。
- ケガのない正しいフォーム等を研究・指導している。
- 保護者との会話を大事にし、信頼を得るように心がけている。
- 極力遠征等も控え、保護者の負担、費用負担を最小限に心がけている。

〖部員増をなしえているチームの特徴〗

- 児童数の多い地域。
- 保護者の負担の少ないチーム。
- 練習量と結果がうまく結びついているチーム。
- 選手の自主性を重視し、総じて楽しい雰囲気が感じられるチーム。
- 指導者のアンガーマネジメントがなされているチーム。
- 指導者が人間力向上を意識して子どもや保護者に接し、指導者も選手も保護者もマナーの良いチーム。
- バレーボールの指導力の高いチーム。　等

どのチームも子ども同士・親同士の声がけが入部には一番効果的になっているようです。ソフトバレーボール大会も効果的です。各チームの日々の練習の重要性や組織としてのまとまりの大切さもがここからもうかがえます。今入部している子どもたちを大事にする、今応援して下さっている保護者や関係者の皆さんを大事にする、そこからの口コミで広がっていく、これがチーム作りで、組織拡大で一番重要だと思います。優秀な選手の引き抜きと察せられる行為や勝利を目指してのチームの離合集散は、結果的に、チーム数減、メンバー数減のつながっていることが多いです。指導者のおごり、傲慢さは一番の黄信号、赤信号です。

9　読書のすすめ　　(ぜひ一読をおすすめします!)

○共汗・共涙・共生―子どもを育てるジュニアバレーボール指導論
バレーボールアンリミテッド　工藤憲　著



2011 年、今から約 10 年近く前に、今のジュニアバレーボールの状況を予言し、その対策について、わかりやすく書かれてある、ジュニアバレーボール関係者のバイブル的な 1 冊です。

○キレる！　　小学館新書　Kindle 版　　中野信子　著



本書では、“キレる”という感情について、「なくすべきもの」とネガティブに捉えず、脳科学的に分析しながら具体的な対処法・活用法を考察しています。

○死ぬほど読書　　幻冬舎新書 新書　　丹羽宇一郎　著



あなたがよりよく生きたいと望むなら、「世の中には知らないことが無数にある」と自覚することだ。すると知的好奇心が芽生え、人生は俄然面白くなる。自分の無知に気づくには本がうってつけです。

○心　　サンマーク出版　　稲盛和夫　著



すべては、心に始まり心に終わる。人生の先輩から金科玉条のごとく響く言葉の数々。

○子どもの脳を傷つける親たち　　NHK 出版新書 523　新書　友田明美　著



不適切なかかわりが、子どもの脳を変形させる。脳科学が明らかにした驚くべき事実。マルトリートメント（不適切な養育）が子どもの脳を「物理的」に傷つけ、学習欲の低下や非行、うつや統合失調症などの病を引き起こすことが明らかになった。脳研究に取り組む小児精神科医が、科学的見地から子どもの脳を解明し、傷つきから守る方途と、健全なこころの発達に不可欠である愛着形成の重要性を説く。

子どもの脳形成に影響を及ぼす指導者必見の著。

○子育ては心理学で楽になる　　主婦と生活社刊　　ＤＡＩＧＯ　著



序文から・・・子育てに忙しく、本を読む時間のないお母さんがほとんどで、やっと時間を見つけて子育て本を読んでも、実際に役に立たない理想論や科学的根拠の乏しい根性論や単なる個人の体験について書かれていたりする本が多いということを知りました。そこでこの本では、一般的な子育て本とは異なり、お母さんの人生をより豊かなものにする心理学も盛り込みました。　　＝DAIGO

〇習慣が変われば人生が変わる　　かんき出版　マーク・レクアウ　　著



　習慣が変われば、人生は大きく変わる! ドイツ出身のライフコーチであり、能力開発の第一人者である著者が伝える今すぐに実行できる、100 の人生のコツ

〇人は話し方が９割　　すばる舎　　永松茂久　著



　２０２１年に一番売れた本です！売れた本は今、賛同されている本と言う事。これからの人生を右肩上がりにするための必読書と言っていいでしょう。「なぜその余計な一言を」「なぜそこで言わなかったの」「なぜそんな言い方をしたの？」だから・・・・自分の今までの人生を振り返り、皆さんにはぜひ早めに知っておいてほしいと思い、紹介させていただきました。

〇今日がもっと楽しくなる行動最適化大全　サンクチュアリ出版　樺沢紫苑　著



　すべての行動には「最も効果が出る」時間帯が決まっている！最高の一日を作る行動の最適化を紹介してくれています。読者が最適化したい時間や仕事、人間関係などが分かりやすく書かれています。

〇ヒトの壁　　新潮新書　養老孟司　著



　死は誰にでも平等にやってくる。新型コロナウィルス禍と五輪、死の淵をのぞいた自身の心筋梗塞、愛猫まるの死―ヒトという生物であると実感し、２年間の体験からあらためて問い直す。人生そのものが、不要不急ではないか。それでも生きる価値はどこにあるのか。８４歳の知性が考え抜いた、究極の人間論！

【参考文献】

・はじめてのアンガーマネジメント実践ブック Kindle 版ディスカヴァー安藤　俊介
・脳を最適化すれば能力は２倍になる　サンクチュアリ出版　樺沢　紫苑
・うちの子の未来学　　宮城県教育庁共育企画室発行資料　川島　隆太
・不機嫌は罪　　角川新書　斎藤　　孝

10　終わりに　～　学び続ける指導者・人間力向上に向けて　～

か　感謝　　き　勤勉　　く　工夫　　け　謙虚　　こ　向上心

人が前向きに変わる時、それは目標が達成された時、感動した時、自信がついた時、負けた時など様々な場面で起こります。指導者の言動は、子どもたちにとってプラスにもマイナスにもなります。それだけ指導者は重要な役割を担っているのです。少子化やスポーツの多様化、バレーボール人気の低迷が言われ続けてもう一世代以上が過ぎています。いろいろな取り組みもその流れを止めることができていません。だからこそ、これからの指導者には、今までの過去の自分と決別し、時代の流れに寄り添い、学びながら一歩一歩ポジティブに進むことが望まれているのです。

私たち日小連コンプライアンス委員会は、他スポーツでの取組みや書物・新聞記事に目を通し、選手・保護者の声に耳を傾けながら、話し合いを持ちました。その結果として、最後は人間の「心」の部分の重要性にたどり着きました。ある新聞記事には、「どのチームも練習内容はあまり変わらない、大切なことは取り組む「姿勢」であり、当たり前の「あいさつ」とか「掃除」とかを一生懸命することである」「一生懸命やっていれば誰かは見ている。」神様は練習をきちんとしている方に味方する」と書かれていました。

バレーボールに出会った子どもたちも中学・高校と進むにつれ、さらなる自立を求められ、親離れが加速します。小学生時代に親子で同じ時間を共に過ごしたバレーボーラーはきっと保護者への「感謝の気持ち」が生まれ、素晴らしい大人へと成長していくと信じています。そして私たち指導者も一人でも多くの「感謝の気持ちが育つ」普及活動を実践したいと思います。

私たちは、これからも「ど真ん中に子どもがいる日小連」「ありがとう　バレーボール」　実現のため、友だちとともに伸びるチーム作りを応援していきたいと考えています。

「わかって楽しい、できて楽しい、そして勝ち負けを超えて熱くなる」とともに「友だちに認められて楽しい、友だちとカバーし合い、目標に向かって努力して楽しい」バレーボールを子どもたちに経験にしてほしいです。この「日小連共育ブック」がその実現のために、少しでもお役に立てれば、私たちも大変うれしく思います。

ジュニアスポーツにはジュニアスポーツの役割があります。それを逸脱しないよう、私たちも今までの足跡を謙虚に振り返り、先人の功績を引継ぎながらも、新しい時代に合った指導者育成、組織作りの力になれればと考えています。子どもたちが、親になっても、そして高齢になってもバレーボールから離れていかない姿、自分の子や孫にもバレーボールをさせようと願ってくれる姿が理想です。

日小連コンプライアンス委員会は、体罰・暴言ストップを声高にさけび、トラブルを解決することが使命の組織ではありません。各チームの指導者や関係者が「選手に寄り添い、選手に考えさせながらプレーの上達をうながし、選手の存在を認め励ますことを胸に活動していくための効果的な取り組みを考え、率先して全国に広げる組織です。今後とも、日本小学生バレーボール連盟コンプライアンス委員会へのご協力、どうかよろしくお願いします。

日本小学生バレーボール連盟ホームページ「コンプライアンス委員会」のタグをクリックしてください。各都道府県でのコンプライアンス講習会開催時に参考になるデータ資料を随時、掲載していきます。ダウンロードして、各都道府県における研修会等においてお使いください。

《　ハートフルセブン!!　　—　夢実現への第一歩　—　》

①　夜の刺激をおさえて ぐっすりすいみん
〈早寝・早起き・朝ごはん〉

②　あいさつ運動　　『　オアシス運動　』

③　美しい言葉つかい　　『　respect language 』
『　時 T ・ 場所 P ・ 機会 O に応じ
それにふさわしい敬語を自在につかえる　』

④　マナーUP運動　　『　温かいふるまいに心がける　』

⑤　グッドポイント発見　　『　友だちのよい所を見つける　』

⑥　アンガーマネジメント　『　いかりをコントロール　』

⑦　ポジティブトーク(ペップトーク)でしめくくる
『　前向き発言　＋　笑顔　』

コンプライアンス委員会では、
子どもたちの健全育成のためにハートフルセブンを推奨します

編集委員（日小連コンプライアンス委員会）
◎八木田成人（熊本県）　（山本安雄　和歌山県）
〇竹村和男　（高知県）　（鶴野秀樹　福岡県）
〇阿部誠　（栃木県）　（伊藤好幸　福島県）
〇後藤圭三　（愛知県）　（山本督次　群馬県）
〇鈴木一弘　（福島県）

令和４年３月吉日

日本小学生バレーボール連盟

コンプライアンス委員会