

2026年度 札幌地区バスケットボール協会 U12部会 インテグリティ研修

2026年4月11日

【ねらい】

- ①インテグリティの周知を行い、子どもたちが健やかに楽しくバスケットボールを行える環境づくりを行う。
- ②暴力、暴言の根絶に向けて指導者、保護者への啓発を行い、地区全体にインテグリティの考え方を広げる。
- ③U12カテゴリーの指導指針・指導方法について考えるきっかけをつくる。

インテグリティの重要性

指導者 = 教育者

- ・子どもにバスケットボールの技術を指導するだけでなく、様々なことを教え導くことができる教育者であることが重要である。

インテグリティの理解 ⇒ 実践

- ・インテグリティの精神を理解できていることが大切である。ただし、理解できいても実践できないと意味がない。インテグリティを理解し、実践できる人しか指導してはならない!

インテグリティ = 一丁目一番地

- ・バスケットボールやその指導、バスケットボールを通じて子どもに関わるであれば、1番最初にインテグリティについて学ぶことが大切である。それほど、インテグリティの精神が重要である。

1. インテグリティについて

インテグリティとは・・・

誠実さ・真摯さ・高潔さに
基づき、人間力・指導力・
組織力を高めていく

2

インテグリティ

フェアプレーの推進


バスケットボールを通じ、スキルアップだけを目指すのではなく、主体的に楽しみながら継続的に活動することで、人間力や協調性、リスペクトの精神といった社会性などを養うことができると考えます。しかし、一方で残念なことにバスケットボールをはじめ、スポーツ活動においては現在も体罰、暴力・暴言、ハラスメント行為が散見されます。このことから健全なバスケットボール環境の整備が重要な課題となっています。

1. インテグリティの導入

JBAは、インテグリティの精神（誠実さ・真摯さ・高潔さ）に基づき、人間力・指導力・組織力を高め、バスケットボールの価値を高めるための指針決定および啓発活動に取り組んでいます。2019年より、新たなメッセージとして「**クリーン・バスケットボール、クリーン・ザ・ゲーム**」を発信し、**暴力・暴言をはじめ、すべてのハラスメントのないバスケットボール界を目指す取り組みを始動**しました。クリーン・バスケットボールとは、バスケットボールファミリー全員の協力によりバスケットボールの価値を高めるための「オフコートでのあり方」、クリーン・ザ・ゲームとは、ゲームに関わるプレーヤー、コーチ、審判すべての協力でゲームの価値を高めるための「オンコートでのあり方」を示しています。



CLEAN / *Basketball*
The Game ~ **暴力暴言根絶** ~



2. 暴力暴言 について

【コーチのプレーヤーに対する暴言】

- (1) 人格、人権、存在を否定する言葉…最低、クズ、きもい、邪魔、出ていけ、帰れ、死ね、てめえ、この野郎、貴様
- (2) 自尊心を傷つける、能力を否定する言葉…役立たず、下手くそ、アホ、バカ
- (3) 身体的特徴をけなす言葉…チビ、デブ
- (4) 恐怖感を与える言葉… 殴るぞ、しばくぞ、ぶっとばすぞ、帰りたいの？試合出たくないの？

【コーチの暴力的(攻撃的・虐待的含む)振る舞い(行動・行為)】

- (1) 殴る・蹴るなどを連想させる行為
- (2) プレーヤーと近接(顔の目の前、腕一本分より近い距離)して高圧的、威圧的に指導する行為
- (3) 「おい！」「こら！」と大声でプレーヤーを高圧的威嚇的に指導する行為
- (4) 継続的、かつ、度を越えた大声でプレーヤーを指導する行為、いわゆる怒鳴りつける行為
- (5) 物に当たる、投げる、床を蹴るなどの行為

【第三者が不快と感じる振る舞い(行動・行為)】

3. これまでの成果と課題

マルトリートメント

身体、精神、性虐待そしてネグレクトを含む児童虐待より広く捉えた、虐待とは言い切れない大人から子どもへの発達を阻害する行為全般を含めた不適切な養育

【成果】

★一定層に対しては成果あり！

【課題】

- ★まだ暴言(チャイルド・マルトリートメント)が残る
- ★ダメなのはわかっているがやめられない
- ★指導資格停止にあたる事案であることの理解が不足
- ★問題を起こすコーチに情報が届いていない
- ★指導の仕方がわからない

【結果】

- ★子どもたちの人生にトラウマを残すことにつながる
⇒人生に影響を与えてしまう可能性がある
- ★バスケ嫌いを生み出すことにつながる
⇒小学生が最初に経験するスポーツかもしれないのに、バスケやスポーツ嫌いを生む可能性がある
- ★大きなことが起こると(みなさんの周囲の)バスケの価値が毀損される

4. 暴力暴言・マルトリートメント 根絶に向けて

- 指導のつもりで発した言葉が、子どもを傷つけていないか？
- 「自分は一生懸命指導をしているだけだ」と本人は思っている、第三者から見た場合、明らかに暴言(マルトリートメント)だと認識される場合もある。
- 自分が気付かないうちに、子どもが苦しんだり困ったりしていないか、今までの指導の在り方や考え方を正当化せず、客観的に見つめ直す必要がある。



育成マインドの必要性

U12カテゴリー「指導行動の指針」

JBA U12カテゴリー部会

U12カテゴリーから「暴言・暴力」を根絶し、子どもたちが「楽しく」プレーできる環境をつくるため、指導者の皆さんには「指導行動の指針」として、つぎのことを意識して、指導に当たっていただきたいと思います。

<やってほしいこと>

- ・ はげます
- ・ 元気づける
- ・ 委ねる
- ・ 引きだす・導く
- ・ 判断させる
- ・ 主体性を育てる



<やってほしくないこと>

- ・ 怒る
- ・ 怒鳴りつける
- ・ 指示ばかりする
- ・ 威圧する
- ・ 判断させない
- ・ 支配する



みなさんの指導は
どうですか？

5. 育成マインド①

(1) 育成マインドの定義

プレイヤー個々の成長過程を重視する考え方

- ① 課題の与え方、課題を考えさせるコーチング
- ② 将来を見据えた勝敗を目指すプロセス、勝敗結果の捉え方
- ③ オーナーシップ(自分自身で責任をもつ・**主体性**)を育む

- U12世代では、勝利主義ではなく、バスケットボールを通じて元気になり、のびのびと取り組める環境づくりが大切。
- 子どもたちの「楽しさ」の気持ちを中心に、試合に勝つことだけではなく、上達して認められたとき、仲間と一緒にプレーしているとき等、子ども一人一人の「楽しさ」を認め、見守ってほしい。
- スポーツは、嬉しさだけでなく、うまくいかない挫折も経験する。仲間との人間関係から生まれる絆、チームルールを守ることで身に付く規範意識など、様々な経験をすることが出来る。

5. 育成マインド②

(2) 育成マインドの必要性

① バスケットボールはお互いの戦術を阻止し合うスポーツ

⇒ プレーヤーのオーナシップを育む

「戦術が阻止された後でも個で打開できる能力」「自身の判断で戦術を超えられる能力」がトッププレーヤーに求められる。コーチの指示を従順に遂行するだけのプレーヤーは、最高のプレーヤーとは捉えられない。

② バスケットボールから人生を学ぶ ⇒ 将来を見据えて

プレーヤーが主体性をもち、仲間と共に課題の解決に向かって取り組み、自己実現を目指す。バスケットボールを通じて学べることを、コーチはプレーヤーに気付くように働きかける。

③ 育成マインドの普及で「日本を元気にする」

6. 育成世代のコーチングとは

【具体的なコーチの行動】

①課題を与えて考えさせるコーチング

「できない子どもが気付くようにヒントを与える」

⇒大人が、子どもの課題を見つけたり、解決したりするのではなく、子ども自らが課題を発見したり、解決したりできるように大人が助言や支援をする。

②将来を見据えた勝敗を目指すプロセス、勝敗結果の捉え方

「勝利を目指す過程で、人間性を育てる」（謙虚さ・寛容さ・協調性・自立）

⇒トライ（挑戦）＆エラー（失敗）を認める。「全力」で取り組んだ結果、ゲームに負けたとしてもそれは失敗とはならない。相手を称えることや、自ら成長する機会と捉えさせる。

③オーナーシップをもつ自立したプレイヤーの育成

「コーチに依存することなく自立させる」

⇒子ども自身に「どのようにプレーするか」「どのようにして勝つか」といった課題をもたせることで、勝敗に対するオーナーシップ（結果は自分次第で変わるという考え方）を育むことができる。

7. 指導者が避けるべき行動①

指導者の不適切なコトバ(1)

- 質問形式で問い詰める(答えようがない)

「何回言ったら分かるの？」

「どうしてそういうことするの？」

「ねえ、何やってるの？」

「誰に向かってそんな口のききかたをするんだ？」

指導者の不適切なコトバ(2)

- 本当の意図を語らず、裏を読ませようとする(指導者の思い通りに動かそうとする)

「やる気がないなら、やらなくていい」

「もう勝手にすれば」

「好きにすればいいじゃん」

⇒「やりなさい」「勝っては許さない」

指導者の不適切なコトバ(3)

- 脅して動かそうとする(脅迫・威嚇)

「早くしないと、〇〇させないから」

「じゃあ、〇〇できなくなるけどいいんだね」

「もうみんなとは〇〇させられない」

指導者の不適切なコトバ(4)

- 虎の威を借りる(だから、やっちゃいけないよ)

「お母さんに言うよ」

「お父さんを呼ぶよ」

「〇〇コーチに怒ってもらうからね」

7. 指導者が避けるべき行動②

指導者の不適切なコトバ(5)

- **下級生と比較する(侮辱、軽視、バカにする)**
「そんなこと1年生もやりません」
「そんな子は1年生からやり直してください」
「幼稚園に戻りたい？」

指導者の不適切なコトバ(6)

- **指導者側に責任がないことを強調する**
「ダメって言ったよね」
「もうやらないはずだったよね」
「さっき約束したばかりだよ」

指導者の不適切なコトバ(7)

- **見捨てる(無視、放置、ネグレクト)**
「じゃあ、もういい」
「さよなら」
「バイバイ」

7. 指導者が避けるべき行動③

指導者の不適切なオコナイ(1)

□ 高圧的な指導、大声で怒鳴る

- ・指導者の過度な期待に、子どもを無理矢理に答えさせようとしていないか。
- ・成果が実現しない焦りから、高圧的に迫り、子どもが指導者の顔色ばかりをうかがっていないか。威圧によって、子どもをコントロールしようとしていないか。

指導者の不適切なオコナイ(3)

□ 子どもを放置する(無視する)

- ・一生懸命、指導者にアピールしてきているのに、その子どもを無視していないか。
- ・子どもの積極性や努力を「正しく評価されていない」という気持ちは、こころをくすぶらせ、指導者への不信感を募らせる。その場の流れに合わないからといって無視してはいけない。

指導者の不適切なオコナイ(2)

□ 目を合わさない、笑いかけない

- ・一度も言葉を交わさずに、一日を過ごしてしまうような子どもはいないか。
- ・指導者は、限られた時間の中で「心の安全地帯」となっているか。目を合わせ、笑いかけることで、「見ているよ」「大丈夫だよ」という安心感を子どもに与えているか。

指導者の不適切なオコナイ(4)

□ 正当な理由もなく参加させない、一方的に練習から排除する

- ・「上手くできないから見ていなさい」と伝えるのは「指導者としての役割の放棄」や「子どもの排除」を意味する。
- ・苦手さを理解し、スモールステップで子どもに自信をもたせてあげることが肝心である。

7. 指導者が避けるべき行動④

指導者の不適切なオコナイ(5)

- **必要な称賛をしない、成長を価値づけない**
 - ・「よく頑張ったね」と子どもの努力を認め、「できたね！よくやった！」と子どもを称賛することはとても大切である。
 - ・子どもの成長に関心を抱く一方、励ましなどの適切な言葉がけを放棄してはいけない。

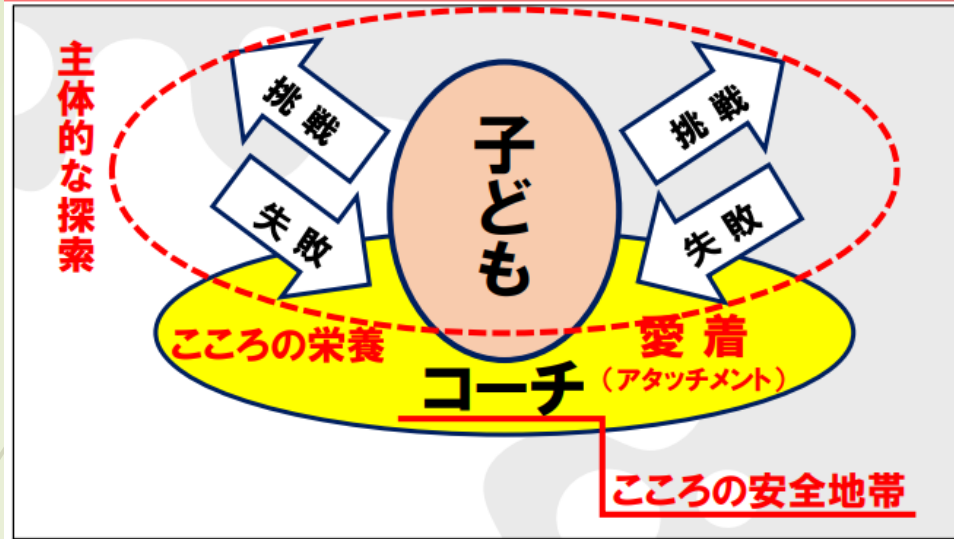
指導者の不適切なオコナイ(7)

- **子どもの気持ちや心理的な危機に気づけていない**
 - ・「本来怠ってはいけない危機の察知ができていない」ことも大きな問題である。
 - ・危険を放置すること、例えば、熱中症が危惧される中で水分補給を怠ったり、いじめを放置することも絶対にあってはならない。

指導者の不適切なオコナイ(6)

- **必要な情報の提供や共有を怠る**
 - ・子どもについての悩みや苦勞を他者と共有しないことは「可能性の放棄」にもつながる。
 - ・「自分には自分のやり方がある」は諸刃の剣。それが功を奏することもあるが、「子どもの関わり」は社会的な営みであり、「独善的！」「独裁的！」であってはならない。

8. 指導者に期待される行動



健全な『絆』を深めていく

- 子どもを指導すると同時に、子供からも学ぶという姿勢を有する(相互性)
- 『やる気』を引き出す(動機づけ)
- 押付けるのではなく、子どもと一緒にあって価値観・文化を作り上げていく

アタッチメントのつくり方

- 目を合わせる
- 笑いかける
- 語りかける
- 触れ合う
- 感謝を伝える
- 努力や過程を認める



自分のことを
気にかけてくれている

↓
自分のことを
分かってくれている

↓
安心して
挑戦することができる

【川上康則 2022 教室マルチリトメント, 東洋館出版社, p.180-181 要約引用】

「褒めること」に注目する

【褒めるメリット】

- ・成功体験によって自信がつく
- ・前向きな姿勢で取り組めるようになる
- ・自己肯定感が高まる
- ・雰囲気明るくなる
- ・良い行動や態度が定着する
- ・仲間との信頼関係が深まる

効果的な褒め方 事例

直後に褒める → 即時フィードバック

練習中の努力を褒める → 仲間への声かけ

目標に対する達成を褒める → 自主性強化

指導とセットで褒める → 改善意欲を育てる

生活場面でも褒める → 家庭で成功体験を強化

褒めるときの注意点

- 具体的な内容を伝える
- 結果より努力や過程に焦点を当てる
- 他の子と比較しない
- 褒めすぎ・子どもとの感覚のズレは逆効果
- 心からの言葉で伝えることが重要

9. 保護者ができるサポート

非認知能力 ⇒ 数値では測れない**内面的な強さ**

- ・目標達成への意欲：関心，意欲，向上心
- ・ミスから学ぶ：感情をコントロールする力，回復力
- ・チームと協力する：共感力，対話力
- ・困難に立ち向かう：やりぬく力，自己効力感，社会性

これらはバスケを通じて培うことができます
子どもたちの将来を豊かにする土台

保護者の関わり方が重要

【保護者の不適切な関わり方】

- ・勝つことが最優先
- ・コーチングの参加
- ・チームメイト、審判への暴言
- ・試合後すぐに技術的なダメ出し
- ・子どもの自己肯定感を下げる比較
- ・子どもへの過度な期待、親の夢の押しつけ

子どもの懸命に取り組んでいないなど不甲斐ない姿を見る

- ・その場では感情をコントロールすることができなくなる。
- ・イライラがつのりその怒りは、我が子にあたる。

最悪な親子関係 自尊心，自己肯定感の低下

- ・子どもの沈黙には理由がある
- ・子どもは、子どもなり考えている
- ・お互いに冷静になって向き合う（24時間ルール）
- ・話したら「徹底的に聞く」「共感する」

NG：人のせいにする（責任転換）
⇒ 自分を見失っている ⇒ 諭すことも重要

・失敗を学びの機会と捉える

失敗した時こそ、「どうすれば次うまくいかな？」と一緒に考え、次に活かすチャンスと捉える。

【挫折経験】が人を「成長」させる

挫折や失敗のない人生はない，チャレンジすること重要，だから成長する

・主体性を重視する

子ども自身が考え、判断し、行動する機会を多く作り、選択を尊重することで、主体性が育まれます。

目の前の課題に対して自らの力で乗り越えようとする**ワクワク感**，乗り越えた時の**達成感**を大切にする

【将来，主体的に行動がとれる子ども】

「課題を解決してもらった子ども」 < 「課題を自ら解決した子ども」

10. 終わりに

- ▶ 「インテグリティ」の理解と実践できる指導者を目指すため、「育成マインド」を大切にする。
- ▶ 暴力暴言だけではなく、子どもが傷ついたり困ったりする言動(チャイルド・マルトリートメント)に常に留意する。
- ▶ 安全な環境を作り、安心してバスケットボールが楽しめる環境を作るため、指導者も保護者も、子どもの「こころの安全地帯」をつくる。
- ▶ 子どもの未来に責任をもち、我々大人も、学び続けることが大切である。
- ▶ インテグリティを理解しない、自分ごととしないコーチに向けて、みなさんからも継続的に啓発を行ってもらい、仲間を広げたい。

◆引用資料：JBA「U12カテゴリー指導ガイドライン」「2025年度U12ブロックDC
インテグリティ講習資料」「2025年度U12ブロックDC保護者講習会」

* JBA HPより閲覧可能 (関わる・育てる⇒ブロック育成)