

はじめに

「一人でも多くの方が陸上競技を楽しみ、そして関わり続けるために」これは、本連盟が本年11月に公表した競技者育成指針のスローガンです。陸上競技を楽しめる環境の中で、各々が力を出しきり、その後も生涯スポーツとして陸上競技を続けることを目指しています。

そのために大切なことの1つは、中学校や高等学校の運動部活動が子ども達にとっての最良のスポーツ活動の場になることです。運動部活動で育った有能感や自己効力感といったポジティブな感情は、その後のスポーツ活動の継続のみならず、人生をよりよく生きていく上でのエネルギーとなります。

この運動部活動は、学校教育の一環であり、その教育効果には強い期待が寄せられている一方で、多くの解決すべき問題点を抱えています。私たちは、今一度、運動部活動の意義や役割を再認識し、そのあり方についても再考していかなければなりません。

分岐点に差し掛かった運動部活動ですが、指導者として部に関わる教員の負担軽減も、あわせて考えていかなければなりません。中には陸上競技の経験のない先生、本格的なスポーツの経験がない先生が指導にあたる状況も見られ、運動部活動指導が時間的な制約になるだけでなく、精神的なストレスにつながることも考えられます。

本連盟としては、陸上競技初心者、指導初心者の先生方の役に立ちたいという思いで、この『中学校部活動における陸上競技指導の手引き』を作成いたしました。練習手段・方法、練習計画の立て方、スポーツ傷害の予防、競技会で力を出すための心得と競技ルール、安全管理などをわかりやすく解説していますので、指導の参考にしていただけるものと思います。

2010年にドイツ陸上競技連盟を訪問し、その活動についてのヒアリングを実施した際に聞いた「日本の強みは、中学校・高等学校の運動部で継続的な指導が行われていること」という言葉を思い出します。この言葉からもわが国の学校運動部活動は、世界に誇れるスポーツ文化だということができます。教育の一環としての運動部活動を大切にしていましましょう。

2018年12月25日

尾縣 貢