

## きょうか いくせいしていせんしゅこうどうきてい もくてき 強化・育成指定選手行動規程の目的

日本のパラ陸上の団体が、強くなるために選ばれた選手と、日本を代表する選手に、次のことを伝えるためのルールです。

選手は、団体を代表しているので、いい態度でいなければなりません。

パラリンピックや世界の大きな試合でがんばるために、自分が選手としてどう行動するか、しっかり考えて行動しましょう。

みんなで陸上競技をもっと楽しく、良くするために協力しましょう。



### 強化指定選手が守るべきルール

#### 1. みんなから見られていることを知って行動しよう

選手はたくさんの人に支えられているので、その人たちを大切にし、いい行動をしよう。

#### 2. ルールや健康チェックをしっかり守ろう

薬物検査や健康診断、大会のルールなどをよく理解して、守らないといけない。

#### 3. 約束した時間や活動にはちゃんと参加しよう

大会や練習、ミーティングなど、約束されたことには遅れずに参加しよう。

#### 4. 指定された服を着て、チームを代表しよう

日本代表として求められたときには、決められた服をきちんと着よう。

#### 5. 悪いことを言ったり、悪い行動をしない

人を悪く言ったり、スポーツマンとしてふさわしくない行動はダメ。SNS も気をつけよう。

#### 6. チームメイトと仲良くしよう

合宿や大会の時は、みんなで仲良くし、ルールに従おう。

#### 7. 体の健康に気をつけよう

病気になったら、すぐにコーチに報告しよう。

#### 8. 大切な連絡は早く確認して返事しよう

メールや手紙など、大事な連絡はすぐに確認して、必要なら返事をしよう。

#### 9. コーチや監督の言うことをよく聞こう

指導者が決めたルールや指示には、ちゃんと従おう。



### ルールを守らなかった選手への対応

#### ルール違反があったときの対処

選手がルールに従わなかった場合、団体の大切な会議で、どのように対応するかを考えます。その結果、違反した選手は決まった処分を受けることになります。

#### 1. どんな処分があるか

監督やコーチからの報告によって、ルール違反があったとき、強化委員長は選手に対して特定の処分をすることができます。具体的な処分の種類や内容は、問題の大きさや状況によって変わるかもしれません。



## ルール違反した選手の処分

### 1. 活動やイベントへの参加を止める

選手がルールを守らなかったら、練習や大会などの活動に参加することができなくなるかもしれません。

### 2. 国際大会から帰国させる

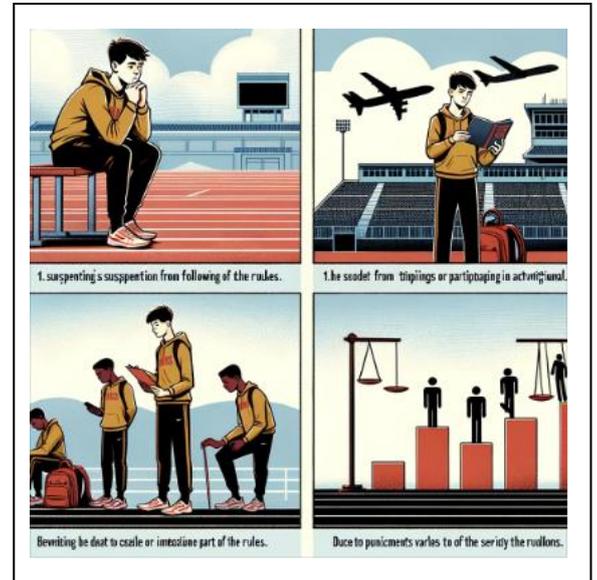
外国での大会に出ているときにルールを破ったら、日本に帰るように言われることがあります。

### 3. 選手から外される

ひどい行動をした場合、そのチームや団体の選手ではなくなることもあります。

### 4. 違反の大きさによる処分

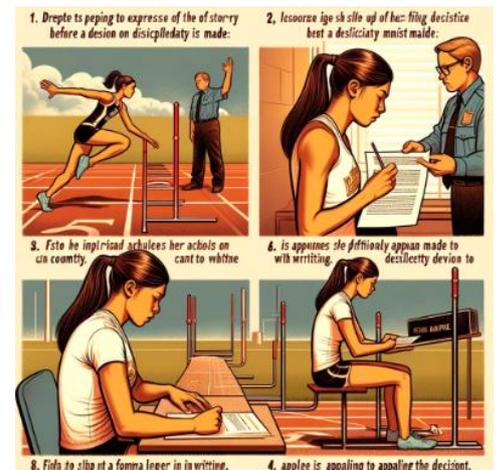
どんなに小さな違反でも、またはとてもひどい違反でも、その違反に合った処分がされます。



## 処分が決まる前にできること: 弁明のチャンス

### 1. 自分の言い分を伝える機会

処分が決まる前に、選手は自分の考えや事情を説明することができます。これは、手紙に書くか、直接話すことで伝えることができます。理事会や強化委員長は、選手が自分の言い分を話せるようにしてくれます。



## 処分が決まったあとにできること: 不服申し立て

### 2. 処分に納得がいかないとき

処分が決まっても、選手がそれに納得がいかない場合は、処分が決まってから2週間以内に、文書で連盟の専務理事に不服を申し立てることができます。そのあと、理事会でその処分についても一度、話し合われます。

生活的自立が競技的自立につながる。

【考えることを意識しよう。他人任せにしない。】

【わかったふりはかっこいい事ではない。】

失敗しても当たり前。失敗をやりなおしていけば、成功につながる。

