

知的障がいクラス国際指導者講習会開催要項

1. 目的

- (1) 米国のパラ陸上コーチ Sonja Robinson 氏および国内講師から、知的障がい選手の認知・行動特性を踏まえたコミュニケーション、心身のコンディショニング、動作観察等の実践的な指導方法を学ぶ。
- (2) 保護者・パーソナルコーチ等との連携を含め、パラリンピック対象競技および Virtus 競技大会を見据えた強化・大会準備の考え方を整理し、各自の指導現場で実践できる計画につなげる。

2. 開催概要

開催日程	2026 年 10 月 31 日 (土) 12:00～16:30 2026 年 11 月 1 日 (日) 10:00～14:00
会場	ハイパフォーマンススポーツセンター (HPSC) 〒115-0056 東京都北区西が丘 3-15-1
主催	一般社団法人 日本パラ陸上競技連盟 (知的)
受講対象	JPA 知的部門登録指導者、過去の知的指導者講習会受講者、 強化・育成選手のパーソナルコーチ、 知的障がい選手を現に指導する者または今後指導予定の者
定員	20 名程度
実施形態	ミニ講義、トークセッション、ケース検討、グループワーク、アクションプラン作成
事前課題	指導上の課題・困りごとを 1 件提出する。選手本人や所属が特定される情報は記載しない。

3. 講師・登壇者

氏名	主な担当
Sonja Robinson	国際コーチング、伝わる声かけ、保護者・パーソナルコーチ等との連携、試合ルーティン、レースマネジメント
下稲葉 耕己	認知特性、ワーキングメモリ、運動学習、個別最適な指導の組み立て
上村 享大	心身のコンディショニング、フィジカル準備、知的選手への配慮
瀧川 寛子	動作分析に基づく技術指導 (短距離・長距離・投てき)、集中と運動学習を支える工夫

4. 海外講師紹介

Sonja Robinson 氏 (USA)

米国において、知的障がいクラス (T20) を含むパラ陸上の指導に携わるコーチ。選手の理解度に応じて情報を段階化し、反復・視覚化・ルーティンを活用する実践的なコーチングをテーマに登壇する。

本講習会では、国際的な考え方を紹介するだけでなく、国内講師・参加者との対話を通じて、クラブ、強化・育成の現場で実行できる方法を検討する。



5.講習内容・日程（案）

第1日 2026年10月31日（土）

時間	内容・登壇者	詳細
12:00～	受付	資料配布、事前課題の確認
12:30～	開講・オリエンテーション 進行：原田 康弘	2日間の到達目標、ケース検討の進め方、守秘・個人情報への配慮を共有する。
13:00～	講義1 T20/F20選手を理解する 国際コーチングと「伝わる」コミュニケーション【Sonja Robinson氏】	国際競技環境の違いを踏まえ、短い指示、視覚化、反復、段階化、理解確認の方法を学ぶ。
14:00～	休憩	
14:10～	講義2 認知特性と運動学習。個別最適な指導の組み立て【下稲葉 耕己氏】	注意・記憶・ワーキングメモリ等の視点から、観察、仮説、働きかけ、確認の流れを整理する。
15:10～	休憩	
15:20～	トークセッション1 選手に伝わる声かけ【Sonja氏、下稲葉氏、他】	「伝えた」ではなく「選手が理解した」を確認する言葉、タイミング、避けたい関わりを具体例で検討する。
15:50～	トークセッション2 保護者・パーソナルコーチ等との連携【Sonja氏、他】	競技場面と日常場面をつなぐため、役割分担、情報共有、本人の意思を尊重した支援を整理する。
16:20～	1日目閉会	

第2日 2026年11月1日（日）

時間	内容・登壇者	受講者の着眼点／成果
10:00～	受付	第1日のメモ・事前課題を準備する。
10:10～	ペア・リフレクション	第1日で見直したいと感じた指導場面を共有する。
10:20～	講義4 T/F20選手のフィジカルサポート 「教える 支える 見守る」【上村享大氏】	選手が自分の人生を歩むために、コーチにできること
11:30～	昼食・休憩（ランチミーティング）	
12:30～	講義5 動作分析から考える技術指導 ー 短距離・長距離・投てき【瀧川 寛子氏】	動作の違いを評価で終わらせず、練習課題の分解、見本、フィードバックの量と順序に置き換える。
13:00～	トークセッション3 障がい特性に配慮し、集中と技術学習を支える【Sonja氏、瀧川氏】	認知・身体・心理の情報を統合し、選手に合った「教え方」と「環境の整え方」を検討する。
13:10～	休憩	

時間	内容・登壇者	受講者の着眼点／成果
13:20～	意見交換会 2 現場で実施する指導ポイントの整理	学校、就労、所属先、家族、支援者等との連携も含め、指導改善プランを考える。
13:50～	総括・閉講	持ち帰る実践項目、講習後の確認方法、資料共有について案内する。

6.申込・問い合わせ

申込方法・締切	 https://forms.gle/xzNKLZs9f34CAtYX8 10 月 10 日 迄
問い合わせ先	日本パラ陸上競技連盟（知的）強化委員会
担当・E-mail	奥松 id-kyoka@para-ath.org