

大好きなスポーツを、  
大好きな仲間といっしょに

ユニセフ

「子どもの権利とスポーツの原則」



unicef 

| for every child



# みなさんはホッケーを楽しんでいますか？ 子どもの権利とスポーツの原則



大好きなスポーツを、  
大好きな仲間と  
いっしょに

子どもの権利とスポーツの原則


# 「子どもたちの権利」



子どもたちが人間らしく、幸せに暮らし、  
健やかに成長していくために必要なこと

# 子どもたちが元気に成長するために必要なものって？





「子どもの権利」を国際的な約束  
=条約として定めたもの

# 子どもの権利条約



# みんなはどう思う？

みんなはこんな経験  
ないかな？

みんなだったら  
どうする？

がんばってレギュラーになれたよ。だからひざが痛いけどがまんして練習  
に行ってるんだ。

# みんなはどう思う？

～ ひざが痛いけどがまんして練習に行っているよ ～



# ユニセフ「子どもの権利とスポーツの原則」ではなんて言っている？

スポーツは子どもの心と体を元気にします。でもがんばりすぎると、けがなどでスポーツを続けられなくなることもあります。おとなは子どもに、そんな危険があることを伝え、子どもがよく考えられるように手助けする責任があります。不安を感じたときに相談できる窓口を決めて、それを子どもが知っていることも大切です。



**Children's Rights  
in Sport Principles**

子どもの権利とスポーツの原則



# 原則1 スポーツと子どもの権利～一番大切なこと

1 スポーツをするのが楽しいと感じますか

はい

いいえ

わからない

2 勝たなければおこられるというプレッシャーを感じますか

はい

いいえ

わからない

3 わからないことがあったとき、何か提案したいとき、自由に発言できますか

はい

いいえ

わからない

4 スポーツをとおして、チームワークやフェアプレイが身についたと思いますか

はい

いいえ

わからない

## 原則2 スポーツ以外の活動とのバランスが大切にされること

5

練習や試合のために授業や学校行事を休まなければならないことがよくありますか

はい

いいえ

わからない

6

練習や試合のために自分だけ旅行などの家族の予定に参加できないことがよくありますか

はい

いいえ

わからない

7

練習のない日や時間はきちんと決まっていて、その決まりはいつも守られていますか

はい

いいえ

わからない

8

スポーツ選手になることはどんなことなのかなどについて、おとなの選手と話したことはありますか

はい

いいえ

わからない

# 原則3 スポーツに関わる暴力などのリスクから守られること

9 指導の中で自分やチームメイトが暴力を受けていると感じたことはありますか

はい

いいえ

わからない

10 スポーツを教えてくれるおとななどにしかられたりどなられたりして、ひどく傷ついたり落ち込んだりすることがありますか

はい

いいえ

わからない

11 スポーツを教えてくれるおとなから、自分やチームメイトが嫌だと思ふことをされたことがありますか

はい

いいえ

わからない

12 スポーツを教えてくれるおとなは、そのスポーツの教え方について詳しいと思いますか

はい

いいえ

わからない



## 原則4 健康が守られること

13 練習が大変すぎて体がつかれすぎたり、心が傷つきそうだと感じることはありますか

はい

いいえ

わからない

14 体の使い過ぎにならないための工夫や決まりがありますか（例えば野球の球数制限のような）

はい

いいえ

わからない

15 チームで健康診断を受けることがありますか

はい

いいえ

わからない

16 スポーツに必要な栄養やバランスのとれた食事について、教えてもらうことはありますか

はい

いいえ

わからない



# 原則5・6 「子どもの権利」を守るしくみをつくり、学び、話し合うこと

17

「暴力や暴言はいけない」というルールなど、チームには、「子どもの権利」を守るしくみがあると思いますか

はい

いいえ

わからない

18

もし暴力や暴言を受けたとき、体のどこかが痛くて心配なときなどに、どこに相談すればいいか知っていますか（チームの中でも外でも）

はい

いいえ

わからない

19

スポーツを教えてくれるおとなは、「子どもの権利」についてよく知っていて、守ってくれていると思いますか

はい

いいえ

わからない

20

「子どもの権利」が守られているか（みなさんが楽しくスポーツに取り組んでいるか、暴力・暴言などの問題がないか）、みなさんも参加して、チームで話し合うことはありますか

はい

いいえ

わからない



大好きなスポーツを、  
大好きな仲間と  
いっしょに

[childinsport.jp/kodomo/](http://childinsport.jp/kodomo/)

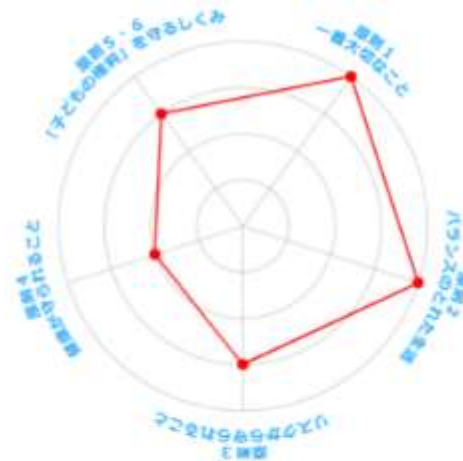
ユニセフ こどもスポ



# ユニセフ「子どもの権利とスポーツの原則」チェックシート

## ユニセフ 「子どもの権利とスポーツの原則」 チェックシート

点が円の中心から遠いほど、原則が大切にされているよ。  
チェックしながら気づいたことがあれば、  
まわりの人と話してみるのもいいね。



チェックシートに戻る

※前の回答が残ったままのシートに戻ります

もう一度やってみる

※回答がリセットされたシートに戻ります



# やってみよう！



## みんなのルール

- ★ 1日1回、いいところをほめ合おう
- ★ 部員一人ひとりの意見を聞こう
- ★ 試験前1週間は練習しない
- ★ 練習は1日2時間まで



スポーツをするみなさんを応援しています！



unicef  | for every child