

スポーツ少年団  
ジュニア・リーダー  
のための  
テキストブック



公益財団法人

日本スポーツ協会

## 日本スポーツ少年団団員綱領<sup>しょうねんだんいんこうりょう</sup>

1. わたくしたちは、スポーツをとおして健康なからだと心を養います。
1. わたくしたちは、ルールを守り、他人に迷惑<sup>めいわく</sup>をかけない、りっぱな人間になります。
1. わたくしたちは、スポーツによって、自分の力を伸ばす努力<sup>の</sup>をします。
1. わたくしたちは、スポーツのよろこびを学び、友情<sup>ゆうじょう</sup>と協力を大切にします。
1. わたくしたちは、スポーツをとおして世界中の友だちと力をあわせ、平和な世界をつくれます。

## 日本スポーツ少年団マーク<sup>しょうねんだん</sup>



柴田恵美子<sup>しばた えみこ</sup>さん（当時山口県埴生<sup>はぶ</sup>中学校）のデザインによるもので、1962年（昭和37年）6月23日のスポーツ少年団創設<sup>しょうねんだん そうせつ</sup>記念日に応募<sup>おうぼ</sup>総数<sup>そうすう</sup>2062通の中から選ばれ採用<sup>さいよう</sup>が決定しました。若葉<sup>わかば</sup>は伸びる少年<sup>の</sup>を、五輪<sup>しやうちゆう</sup>はスポーツと連帯を象徴しています。

## もくじ

---

|                              |                                                                |    |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------|----|
| ● 序 章                        | リーダーへのとびら                                                      | 2  |
| ● 第 1 章                      | もっとスポーツ少年団 <small>しょうねんだん</small> を知ろう                         | 4  |
| ● 第 2 章                      | リーダーは何をするのかな                                                   | 10 |
| ● 第 3 章                      | スポーツ遊びをしてみよう                                                   | 14 |
| ● 資料集 <small>しりょうしゅう</small> | 運動適性テスト <small>うんどうてきせい</small>                                | 20 |
|                              | スポーツ少年団 <small>しょうねんだん</small> の登録状況 <small>とうろくじょうきょう</small> | 22 |
|                              | スポーツ少年団 <small>しょうねんだん</small> の歌                              | 23 |
|                              | ゴールに向かって                                                       | 24 |

日本スポーツ少年団<sup>しょうねんだん</sup>では、各都道府県スポーツ少年団<sup>しょうねんだん</sup>と協力して、リーダーを育てています。「リーダー」とは、各単位スポーツ少年団<sup>しょうねんだん</sup>の活動で団員<sup>だんいん</sup>のお手本となって活動することができる人をいいます。あなたもこのジュニア・リーダースクールで、リーダーへのとびらを開いてみましょう。



■ たんい<sup>たんい</sup>だん<sup>だん</sup>での指導<sup>しどう</sup>のお手伝い



■ イベント<sup>うんえい</sup>の運営



■ たんい<sup>たんい</sup>だん<sup>だん</sup>でのリーダー活動<sup>うんえい</sup>（クリスマス会<sup>うんえい</sup>の運営<sup>うんえい</sup>等）



■ イベントのお手伝い





■ 全国スポーツ少年大会への参加



■ 全国スポーツ少年団<sup>しょうねんだん</sup>リーダー連絡会への参加



■ ジュニア・リーダースクールの<sup>うんえい</sup>運営①



■ ジュニア・リーダースクールの<sup>うんえい</sup>運営③



■ ジュニア・リーダースクールの<sup>うんえい</sup>運営②



■ ジュニア・リーダースクールの<sup>うんえい</sup>運営④

## 1 スポーツ少年団とはどんなもの？ できたのはいつ？

## どんな団体だろう？

スポーツ少年団は、スポーツ活動を中心に幅広く活動している団体です。その活動条件は下図の5つにまとめられるでしょう。こうした活動は、あくまで自由時間に行うものです。学校での勉強や家庭での睡眠、食事など、生活で必要な活動や役割を果たすことを大切にしなければいけません。さらに、子どもから大人まで、かかわる人みんなで協力して必要な役割を分担し合い、それぞれが進んで活動することも重要なのです。

誰が → 子どもたちが

どこで → 地域社会で

いつ → 自由時間に

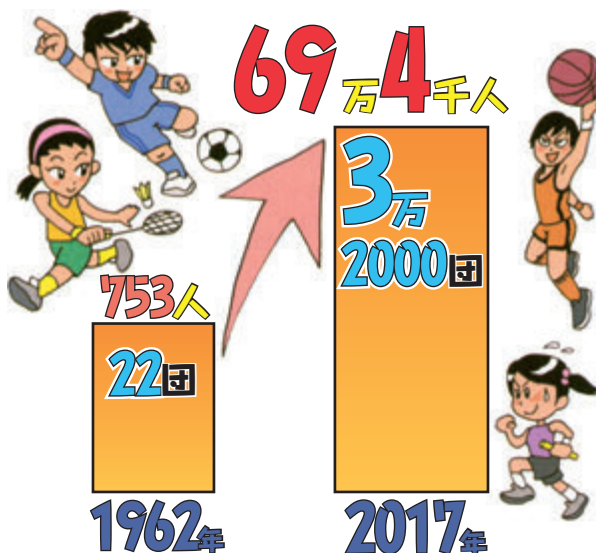
なにを → スポーツを中心とした幅広い活動を

どのようにして → グループ活動で

たんじょう  
誕生と目的

日本スポーツ少年団は、1962年（昭和37年）6月23日に誕生しました。東京で第18回オリンピック競技大会が開かれる2年前のことです。

創設時の願いは「一人でも多くの青少年にスポーツの遊びを!」、「スポーツを通して青少年のこころとからだを育てる組織を地域社会の中に!」というものでした。当時の団数は22団、総団員数も753人と、小さな組織でした。しかし、現在（2017年度）では約3万2千団、総団員数は69万4千人という日本最大の青少年スポーツ団体に成長しています。





## 2 スポーツ少年団しょうねんだんの活動の広がり

### ➡ きみのスポーツ少年団しょうねんだんはどのタイプ？

#### 単一種目タイプ

年間を通して野球、サッカー、バレーボール、剣道などひとつの種目を中心に行います。

#### 併行種目タイプ

年間を通して数種目を指導者や会場の都合、季節や性別、年齢別などに分けて行います。

#### 複合種目タイプ

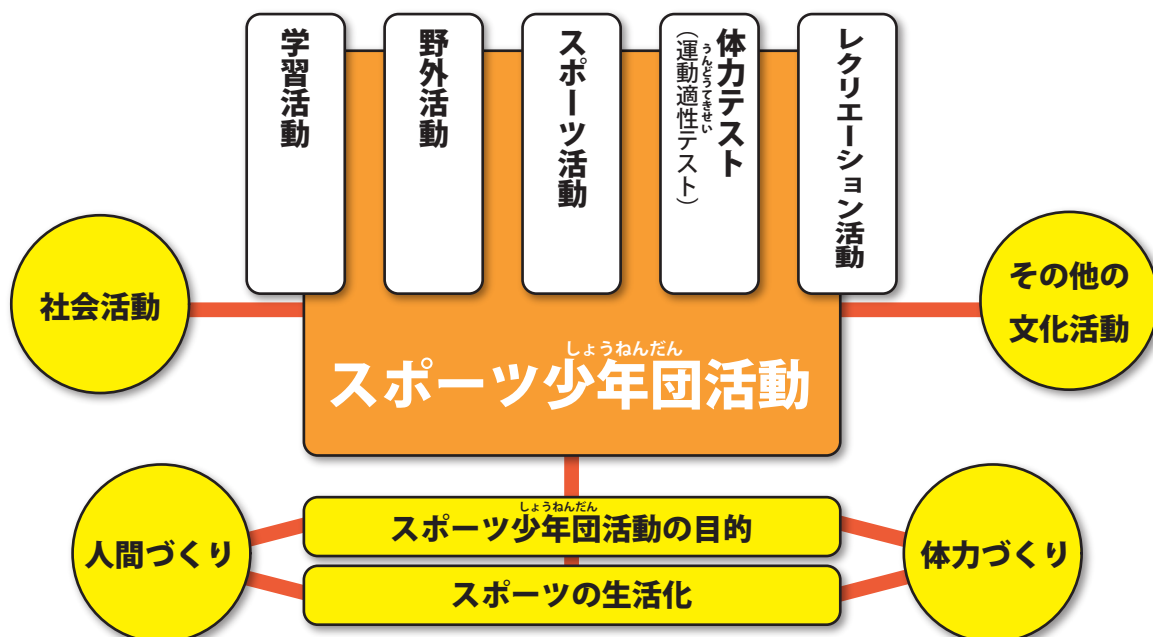
年間を通していろいろな種目を行います。

子どものころに、より多くのスポーツ種目や野外活動、レクリエーション活動などを体験することは、これから大人になるために必要な健康・体力づくりに役立ち、一生続けるスポーツの基礎きそを身につけるうえで大切なことです。いずれのタイプでも、幅広い活動はばひろが好ましいことには変わりはありません。

### ➡ スポーツ少年団しょうねんだんの活動分野

日本スポーツ少年団しょうねんだんでは、こころとからだの発達きゅうげきが急激に進む子どもたちにとって、主となるスポーツ活動だけでなく、文化・学習活動や社会活動など、幅広い活動を行うことがよりふさわしいと考えて、下図のように望ましい活動分野しめを示しています。

したがって各単位スポーツ少年団しょうねんだんの活動は、しっかりした目的と目標を定めて、無理なく活動に参加できるように計画的に行われることが必要です。



## 主となるスポーツ活動

年間を通しての活動では、スポーツが中心となります。

しかし、ひとつの種目だけを1年間行うのは、体力だけでなく技術の面からもよい効果が得られないといわれています。主となる種目とあわせて、違うタイプの種目も行うようにしましょう。



## 野外活動・レクリエーション活動

キャンプやハイキング、オリエンテーリングなど大自然の中での活動は、いつもとは違った活動ができるとともに、親子などで参加することによって「ふれあい」も生まれます。



また、お楽しみ会やクリスマス会などの計画は、単位団全体の活動内容を豊かにするとともに、楽しい雰囲気の中で団員・指導者・育成母集団のまとまりを強くすることに役立ちます。

## 文化・学習活動

絵を描く、文章を書く、合唱をする、郷土芸能を教えてもらう、スポーツの歴史やルールのお話を聞くなどの活動は、こころを豊かにする効果があります。



また、テーマを決めて話し合い、お互いを理解しあう学習は、みんなが発言して目標を決めたり、問題を考えるための力が身につきます。

## 社会活動

スポーツ少年団は、地域社会で活動する団体です。地域の一員としてお祭りや運動会、清掃活動、防災訓練、交通安全活動、奉仕活動などに積極的に参加し、協力しましょう。これは、地域からスポーツ少年団が認められることにつながり、地域の暮らしを知ることができます。



## 体力テスト（運動適性テスト）

運動適性テストは、日ごろの活動の中で使用している用具のみで実施できる簡単な体力テストです。定期的に行うことで、自分の体力、運動能力を確認することができます。このテストを利用して、バランスのとれたからだづくりをこころがけましょう。ただし、上位の成績をとることが目的ではないことは知っておいてください。

日本スポーツ少年団ではすべての単位スポーツ少年団の共通活動として、年に春秋2回、体力テストの実施を勧めています。



### 3 単位団活動を支えるスポーツ少年団のしくみ

#### ➡ 単位スポーツ少年団 (=単位団)

単位団は、「参加する団員」と、「まとめ役を果たすリーダー」、「適切な指導・助言で子どもたちの能力を引き出すことができる指導者」、「単位団のためにお金の支援や指導の手伝い、子どもの世話などで支えてくれる地域の育成母集団」がメンバーとなることで、はじめて地域クラブとして成り立ちます。

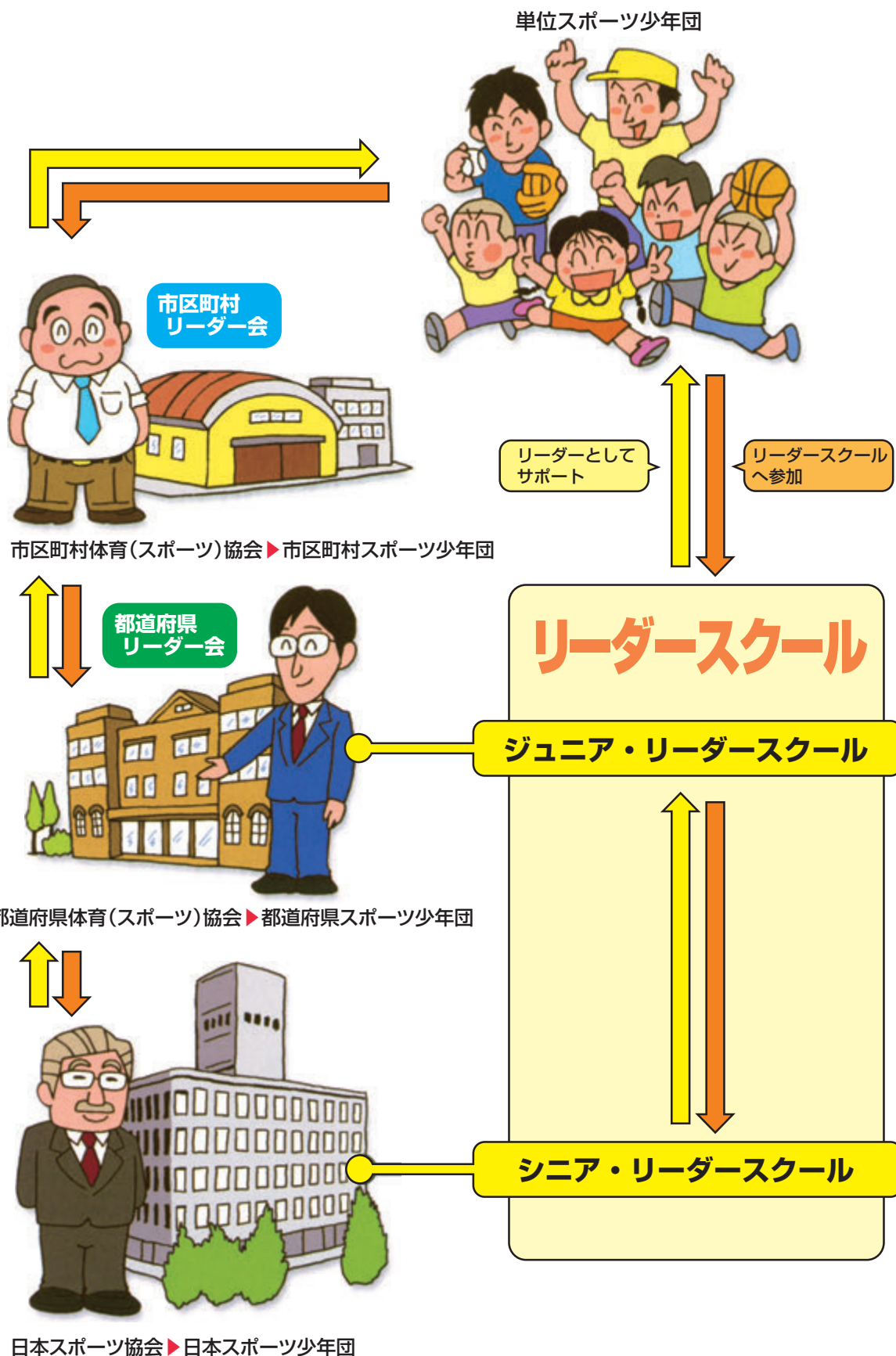




# 単位スポーツ少年団から日本スポーツ少年団まで

## 第1章

もっとスポーツ少年団を知ろう



# ！話し合いワーク「きみの<sup>たんいだん</sup>単位団<sup>しょうかい</sup>活動を紹介しよう」

この章では、スポーツ少年団<sup>しょうねんだん</sup>の活動について学びましたね。学んだことを参考に、それぞれの所属する<sup>しょぞく</sup>単位スポーツ少年団<sup>しょうねんだん</sup>での活動を発表し合いましょう。

## ➡ 話し合いのときには、次の点に注意してください

- ・ 仲間を信じて、恥ずかしがらずに自分の意見を伝えましょう。
- ・ 人の話の途中で発言せず、最後まで真剣に聞きましょう。

**Q1** いつ、どんな活動をしていますか？

**Q2** スポーツ以外の活動をしていますか？

**Q3** どんな人が活動に関わっていますか？

**Q4** 活動のどんなところが好きですか？



## 1 リーダーの役割

スポーツ少年団では、単位団活動をしながら年下の団員のまとめ役や指導者のお手伝いをする団員を「リーダー」と呼んでいます。

リーダーには、みなさんのように小学5年から中学生までの単位団において団員のまとめ役となって活動する「ジュニア・リーダー」と、高校生以上で単位団やリーダー会の指導や運営の手伝いを行う「シニア・リーダー」があります。リーダーは、指導者の指導のもと、団員の気持ちを理解してグループをまとめ、さらに目標に向かってグループを育てていく役割を担います。

このように、リーダーの役割は大切なもので、その立場は「スポーツ少年団リーダー制度」として確立されています。また、リーダーの資質と能力向上をはかるため、「リーダー養成事業（ジュニア・リーダースクール、シニア・リーダースクール）」が行われています。

## 2 望まれるリーダーとは

団員の気持ちや考えを聞いてあげたり、団全体のことを考えて目標の達成のためにすすんで活動していくことができる人がリーダーとして望まれる人なのです。そのような人になるには、グループをまとめていく力とグループを目標に向ける力を身につけることが大切です。しかし実際に、そのすべてを身につけている人は少ないでしょう。大切なことは、今の自分に何が身についていて、何が足りないのかを知り、より良いリーダーになるために学び続けることなのです。

集団を  
まとめる働き

集団を  
目標に向ける  
働き

メンバーからの信頼、支持



次の項目で自分に当てはまる項目の□内に○印をいれてみよう！

■ グループをまとめていくためには

- ☐ 明るくはきはきして元気よく、他人とすぐとけこめる
- ☐ 自分の意見を伝えるだけでなく、まず他人の意見を聞くことができる
- ☐ 思いやりがあってえこひいきをしない
- ☐ 他人の間違いや失敗を許せる
- ☐ 全体の意見を聞いて、冷静に正しい判断ができる

■ グループを目標にむけるには

- ☐ 自分の意見がはっきりしている
- ☐ 責任感があり、すすんで仕事ができる
- ☐ 強い意志をもち、決めたことは最後まで投げ出さない
- ☐ 団員をはげまし、やる気をおこさせることができる
- ☐ 体力があり、スポーツ技術もすぐれている



## 3 リーダー会

リーダーはそれぞれが所属している単位団<sup>たんいだん</sup>で活動していますが、同じ地域<sup>ちいき</sup>のリーダーが集まり、スポーツを楽しむ、交流や学習を通して望まれるリーダーへのスキル・アップをする場としてリーダー会があります。

リーダー会は、いろいろな単位団<sup>たんいだん</sup>の仲間と交流することができる場です。お互いの抱える悩みや問題を相談し合える場でもあります。自分ひとりでは気づかないことも、いろいろな活動と一緒にすることで気づくことができるはずです。また、それぞれが持っている知識<sup>ちしき</sup>や情報<sup>じょうほう</sup>を交換<sup>こうかん</sup>することで、リーダーとしてのスキル・アップも期待できるでしょう。



■ イベントの運営<sup>うんえい</sup>



■ リーダー会の会議



## ！話し合いワーク 「リーダーの活動を聞いてみよう」

この章では、スポーツ少年団しょうねんだんのリーダーについて学びましたね。リーダーやリーダー会について、先輩せんぱいリーダーやスクーリングスタッフ、指導者しどうしゃの人にインタビューをしてより詳しくくわ聞いてみましょう。

**Q1** どうしてリーダー・指導者しどうしゃになろうと思ったのですか？

**Q2** リーダー・指導者しどうしゃをしていて難かしいむずことは何ですか？

**Q3** リーダー・指導者しどうしゃをしていて楽しいことは何ですか？

**Q4** 自分の考える理想のリーダーはどのようなひとですか？

## 1 スポーツ遊びの良いところ

本来、子どものスポーツは体を動かして行う遊びであるといわれています。遊びは誰<sup>だれ</sup>からも指示<sup>しじ</sup>されるものではありません。そこには自由なよろこびと楽しさがあります。子どもは、遊びの要素<sup>ようそ</sup>を大切にしたいスポーツ（＝スポーツ遊び）をしながら成長し、大人になっていきます。スポーツ少年団<sup>しょうねんだん</sup>でのスポーツ活動は、誰も<sup>だれ</sup>が夢中<sup>むちゅう</sup>になって楽しめるスポーツ遊びであることが大切です。



## 2 活動前に気をつけるポイント

### ➡ 健康チェックと安全確認

スポーツ遊びの活動をするときに最も大切なことは、ケガ人や熱中症などの体調不良者を出さないように気をつけることです。活動前には団員の健康チェックと活動時の服装、活動場所や使用する用具の安全を必ず確かめましょう。

#### 健康チェック

健康チェックは活動前から始まります。一人ひとりの団員について、いつもと様子が変わっていないか、顔色はどうかといった健康チェックが重要です。そして、様子が気になる団員がいたら、声をかけて状態を聞いてください。指導者に相談してその団員を休ませ、体調を観察する必要がある場合もあります。

#### 安全確認

活動前には活動場所と使用する用具の安全確認が必要です。グラウンドの表面や体育館に問題がないかを点検してください。グラウンドが雨でぬかるんでいたり、石が転がっていたりしないか、体育館の床に水がこぼれていたり、あぶない物が置かれていないかなどをよく点検しましょう。また、シューズ、スパイクやラケット、竹刀など使用する用具は各自で点検できるように指導しましょう。





## 3 活動中に気をつけるポイント



### ルールの確認

スポーツ遊びには自由なよろこびがあり、誰もが夢中になります。けれど、一人ひとりが好き勝手にやっていると楽しくありません。スポーツ遊びにはルールがあります。ルールを守るからこそ、楽しいゲームができるのです。

スポーツ遊びだけでなく、スクーリング生活についても同じことが言えます。集合時間や消灯時間など決められたルールをグループ全体できちんとわかりあうことで、楽しく充実した活動ができるのです。

活動の始めに、グループ全体でルールを確認し合う時間を必ずとるようにしましょう。



### グループの観察

#### グループの観察

活動中は子どもたちの様子を絶えず観察し、そのころとからだの変化に気を配ることもリーダーの重要な役割です。

#### こころの動きのチェック

グループで活動していると、ときには意見がぶつかったりして気まずい雰囲気になることもあります。しかし、それはグループが成長している証でもあるのです。下記の「グループの成長段階」を参考に、団員の気持ちや考えを十分にくみとってグループを上手にまとめていけるリーダーになりましょう。

#### からだの動きのチェック

運動中の動きがいつもと比べて悪くないかどうかを観察します。動きが悪い場合はまず本人に声をかけ状態を確認しましょう。特に急激な気温や湿度の上昇があった場合は、熱中症や筋肉の疲労、集中力の低下から大きなケガにつながることもあるので注意してください。



### グループの成長段階

#### (1) 不安とためらいの段階

人は初めてのメンバーと何かをするとき、また、同じメンバーであっても新たなことに取り組むときなどは、「何をしたらいいんだろう」「自分の役割はなんだろう」「うまくやっていけるのかな」などの不安やためらいを感じながら活動をスタートします。この段階では、不安な気持ちをよく聞いてあげ、安心させてあげることが大切です。

#### (2) 親しみをを感じる段階

活動していくうちにグループの中に仲のいい友達ができる段階です。この段階では、楽しいムードの中で一緒に活動できる時間を多くとれるようにすることが大切です。

### (3) 不平不満がでる段階<sup>だんかい</sup>

一人での不安から解放<sup>かいほう</sup>され仲のいい友達<sup>だんかい</sup>ができたことで、他のメンバーに対する不満<sup>しどうしゃ</sup>がでたりして、メンバー間の意見の対立<sup>だんかい</sup>などの問題<sup>だんかい</sup>が生まれる段階<sup>だんかい</sup>です。問題<sup>だんかい</sup>が起きた場合は多数決<sup>しどうしゃ</sup>や指導者・リーダーの意見<sup>お</sup>の押しつけではなく、メンバー間の話し合い<sup>かいけつ</sup>で解決<sup>かいけつ</sup>することが大切です。

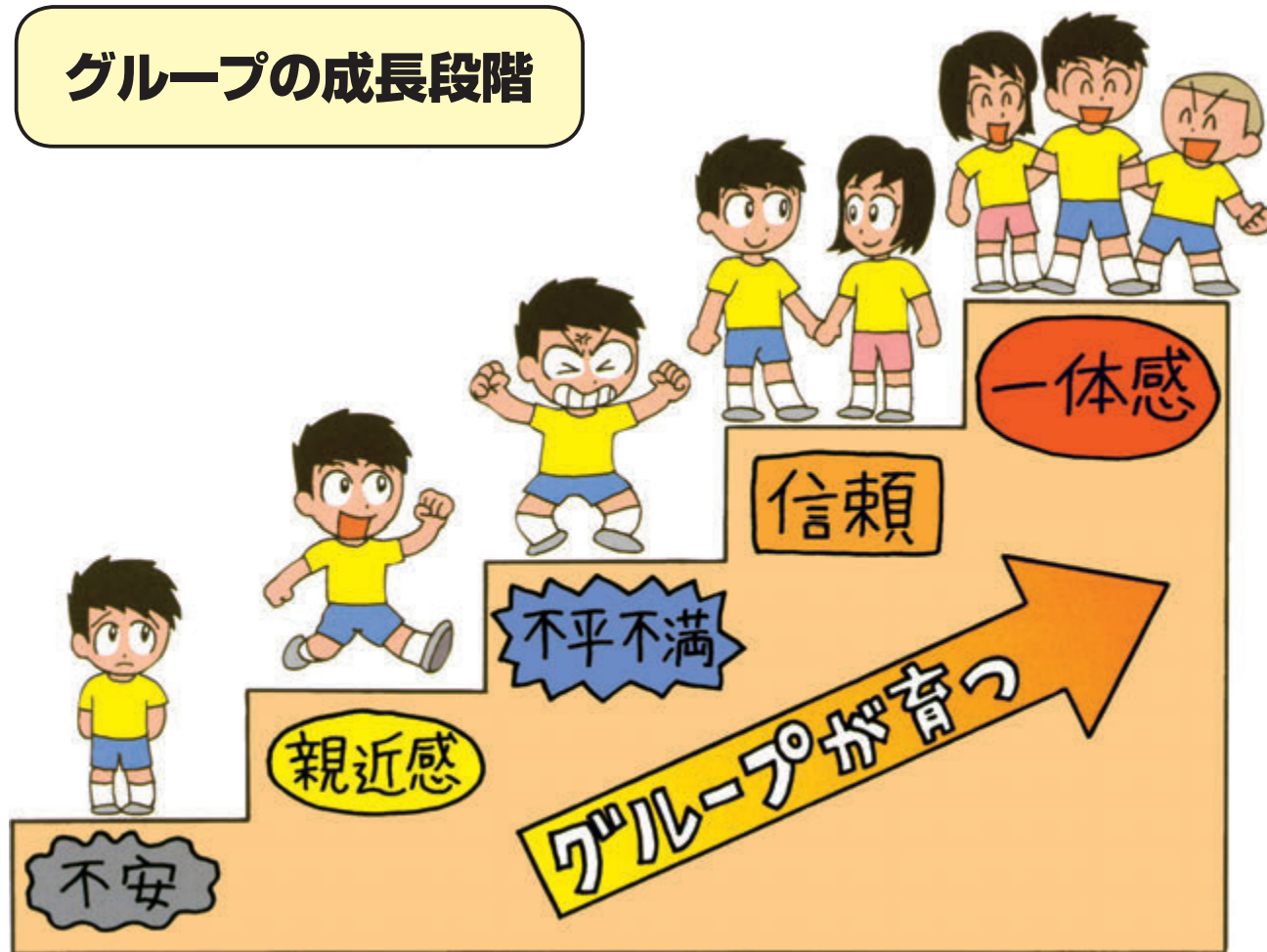
### (4) グループがまとまり始める段階<sup>だんかい</sup>

意見の対立<sup>へ</sup>が減り、グループでのルールをメンバー全員が大切に<sup>だんかい</sup>し、メンバー間に信頼<sup>しんらい</sup>とおたがいに協力<sup>だんかい</sup>し合う気持ち<sup>だんかい</sup>が生まれる段階<sup>だんかい</sup>です。この段階<sup>だんかい</sup>では、メンバー間のコミュニケーションに気をつけて、勇気づけていくことが大切です。

### (5) メンバーがまとまり、安定する段階<sup>だんかい</sup>

メンバーに強い一体感<sup>だんかい</sup>が生まれてグループのまとまりが高まり、メンバーの力で目標<sup>かぎ</sup>に向けて動くことができる段階<sup>だんかい</sup>です。この段階<sup>だんかい</sup>では、メンバーの動きを見守り、求められない限りメンバーに任せ<sup>まか</sup>ることが大切です。

## グループの成長段階



活動のはじめ

活動のおわり

## 4 活動後に気をつけるポイント

### ➡ クーリングダウン

#### こころのクーリングダウン

活動が終わったら、必ずふりかえりの時間をもって、活動全体をまとめることが大切です。自分の活動をふりかえり、良かった点、直すべき点を確認し、それをグループの仲間に伝えましょう。また、仲間からの意見を素直に聞くこと、仲間に意見を伝えることも、おたがいに自分では気づかない課題に気づくために有効です。

#### からだのクーリングダウン

運動を急に中止すると、運動で使用した部位の疲労がとれにくくなります。運動後はジョギングやストレッチなどのクーリングダウンを行うことが大切です。また、活動の感想を聞くなどして、子どもたちの活動後の顔色をチェックし、ケガ人や体調不良者がいないかを確認することも大切です。





## ！ スポーツ遊びのふりかえりシート

|        |   |   |    |
|--------|---|---|----|
| プログラム名 |   |   |    |
| 日時     | 月 | 日 | 天候 |
| 場所     |   |   |    |

### ●活動前の状態<sup>じょうたい</sup> 気がついたこと・感じたこと

|  |
|--|
|  |
|--|

### ●活動中の状態<sup>じょうたい</sup> 気がついたこと・感じたこと

|  |
|--|
|  |
|--|

### ●活動後の状態<sup>じょうたい</sup> 気がついたこと・感じたこと

|  |
|--|
|  |
|--|

### ●活動を終えての感想

|  |
|--|
|  |
|--|

# 1 うんどうてきせい 運動適性テスト

ここでは運動適性テストの種目を紹介します。説明をよく読んで、正しく体力を測りましょう

## ▶ 立幅とび (Standing Long Jump)

ねらい

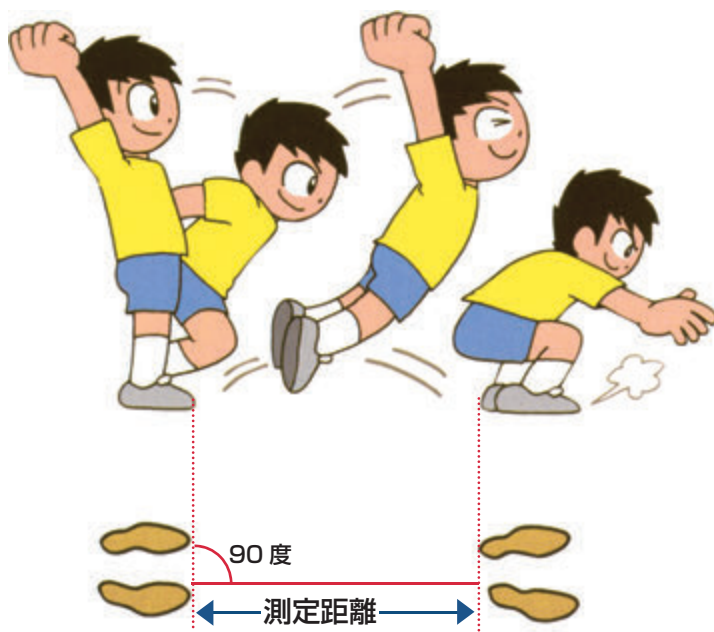
主として瞬発力（しゅんぱつりょく）をみるもので、筋力（きんりょく）、平衡性（へいこうせい）、柔軟性（じゅうなんせい）、協調性（きょうこうせい）も含まれる。

方法

- 両足を軽く開いて立ち、つま先を踏み切り線の直後におく。
- 両足で同時に踏み切って、できるだけ前方にとぶ。

記録

- 踏み切り線から直角に、最も近い着地点（後足かかと）までの距離を測る。
- 距離は cm で測り、cm 未満は四捨五入をする。
- 2 回以上実施して、よい方の記録をとる。
- 後方に倒れて身体（からだ）の他の部分が床にふれた場合は無効とし、もう一度やりなおしをする。



## ▶ 上体起こし (Sit-Ups)

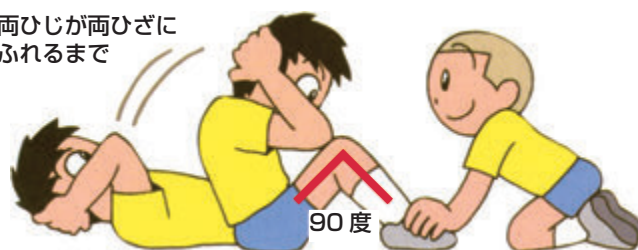
ねらい

主として腹筋（はらきん）の動的持久力（どうてきしきりょく）、および筋力（きんりょく）などをみるテストである。

方法

- 床（ゆか）にあおむけにねた姿勢（しせい）で、両足（ふたあし）を肩幅（かたはば）くらいに開いて膝（ひざ）を直角（ひざ 90 度）に屈（ま）げ、指（ゆび）を組んだ両手（ふたて）を頭のうしろにあてる。
- 補助者（ほすけ）は実施者（じし）の前にひざまづき、両足首（ふたあし）をしっかり押（お）さえる。
- "用意（ようい）——始め（はじめ）"の合図（あひだ）で、両肘（りょうひじ）が両膝（りょうひざ）にふれるまで上体（うへからだ）を起こし、再び背中（せなか）（肩甲骨（けんこう）下部（かぶ））が床（ゆか）にふれるまで倒（たお）してもとの姿勢（しせい）にもどる。

両ひじが両ひざに  
ふれるまで



- この動作（どうさ）をできるだけ早く、正（ただ）しく 30 秒間（びょうかん）くりかえし、"止め"の合図（あひだ）で終（は）る。

記録

上体（うへからだ）を起こして両肘（りょうひじ）が両膝（りょうひざ）についた回数（かいすう）を数（か）え、それを記録（きろく）とする。

## うでたてふくがうでくっしん **腕立伏臥腕屈伸 (Push-Ups)**

### ねらい

主として腕の筋肉の動的持久力をみるもので体幹の静的持久力テストも含まれる。

### 方法

- 腕立ての姿勢から、アゴが両手の間の床にふれるまで、両腕を深く屈げてから、再び伸ばし、2秒に1回くらいのリズムで、運動を続け、完全な屈伸が続けられなくなるまで行う。また、合図に2回連続して遅れた者は、そこでやめる。
- 身体を終始まっすぐに伸ばした状態でいき、反動をつけたり、身体をねじったりしてはいけない。
- 腕を屈げるときは、肘を完全に屈げ、伸ばしたときは肘が完全に伸びきるまで腕を伸ばす。

### 記録

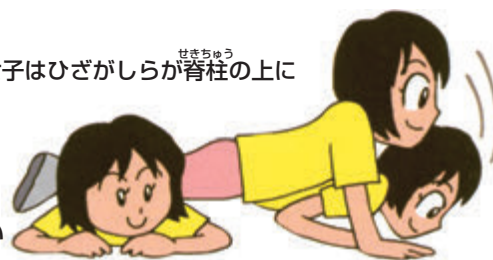
屈伸した回数を数え、それを記録とする。

からだはまっすぐに



あごが床にふれるまで

女子はひざがしらが脊柱の上に



足先は  
床につけない

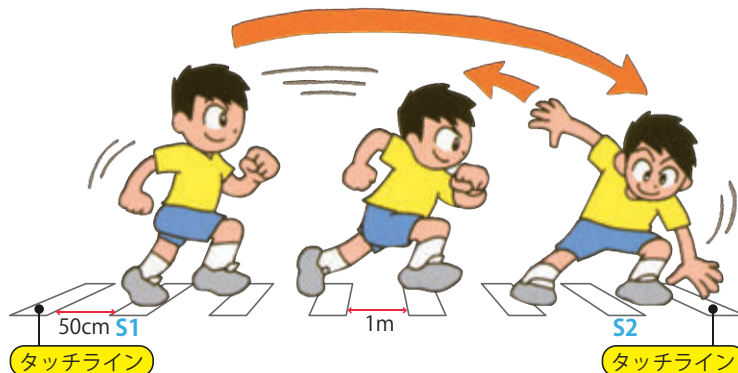
## じかんおうふくそう **時間往復走 (Timed Shuttle Run)**

### ねらい

主として全身の敏捷性をみるもので、瞬発力、平衡性、柔軟性、協応性も含まれる。

### 方法

- "位置について"の合図でスタートライン(S1)に立つ。
- "用意——始め"の合図でS1からS2に走り、S2の外側のタッチラインに片手をふれ、ただちにS1にひきかえす。以後同様にタッチをくりかえす。
- 15秒間この運動を続け、"止め"の合図で終わる。



### 記録

- 15秒間走った距離を測り、記録とする。
- 距離はm単位で測り、m未満は切り上げる。
- 間に充分休息时间をおき、2回実施して、よい方の記録をとる。

## **5分間走 (5 minutes Distance Run)**

### ねらい

主として全身持久力のテストである。

### 方法

- "用意——始め"の合図で走り始め、5分経過したときの"止め"の合図で走り終わる。
- 走るのが苦しい場合は、歩いてもよい。

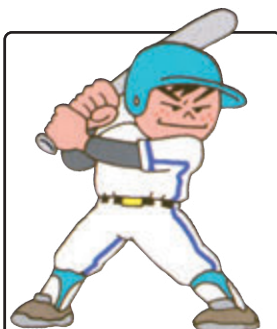
### 記録

- 5分間に走った(歩いた)距離を測り、記録とする。距離は10m単位で測り、10m未満は四捨五入をする。
- 距離は、まわった回数×走路の距離に、スタートラインから止まった地点までの距離を加えて測る。10m未満は目測で四捨五入をする。



## 2 スポーツ少年団の登録状況

しょうねんだん とうろくじょうきょう



### 軟式野球

団数 ..... 6,378  
団員数 ..... 122,517



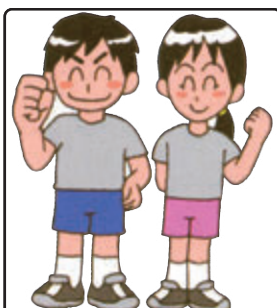
### サッカー

団数 ..... 4,140  
団員数 ..... 120,058



### バレーボール

団数 ..... 3,588  
団員数 ..... 50,432



### 複合種目

団数 ..... 3,357  
団員数 ..... 100,093



### バスケットボール

団数 ..... 3,237  
団員数 ..... 73,948



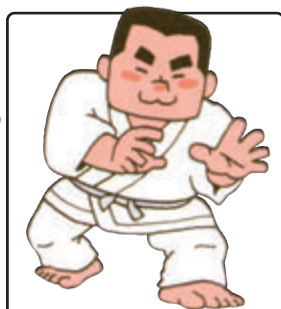
### 剣道

団数 ..... 2,627  
団員数 ..... 45,758



### 空手道

団数 ..... 1,953  
団員数 ..... 37,632



### 柔道

団数 ..... 1,064  
団員数 ..... 18,718



### ソフトボール

団数 ..... 1,060  
団員数 ..... 16,379



### バドミントン

団数 ..... 719  
団員数 ..... 16,315

### ■その他の種目 (平成29年度登録)

| 種 目        | 全 体    |         |
|------------|--------|---------|
|            | 団数     | 団員数     |
| 少林寺拳法      | 519    | 7,258   |
| 卓球         | 505    | 9,127   |
| ソフトテニス     | 502    | 15,075  |
| 陸上競技       | 377    | 15,348  |
| 野球         | 312    | 6,353   |
| 水泳         | 210    | 6,802   |
| その他        | 195    | 3,673   |
| スキー        | 144    | 2,211   |
| テニス        | 130    | 3,598   |
| 体操         | 130    | 3,340   |
| ドッジボール     | 111    | 1,896   |
| ラグビーフットボール | 90     | 2,651   |
| ハンドボール     | 84     | 2,541   |
| 合気道        | 76     | 1,489   |
| スケート       | 62     | 1,148   |
| レスリング      | 60     | 997     |
| なぎなた       | 58     | 989     |
| ホッケー       | 57     | 1,116   |
| トランボリン     | 43     | 938     |
| 相撲         | 36     | 410     |
| 馬術         | 35     | 524     |
| アイスホッケー    | 28     | 710     |
| 日本拳法       | 26     | 402     |
| ミニバレーボール   | 25     | 292     |
| スポーツチャンバラ  | 24     | 302     |
| リーダー会等     | 23     | 247     |
| 弓道         | 22     | 469     |
| ボウリング      | 21     | 331     |
| バトントワリング   | 20     | 356     |
| ゴルフ        | 17     | 238     |
| フットベースボール  | 12     | 136     |
| 銃剣道        | 9      | 112     |
| セーリング      | 9      | 97      |
| アーチェリー     | 8      | 161     |
| フェンシング     | 8      | 98      |
| ソフトバレーボール  | 7      | 102     |
| 武術太極拳      | 7      | 65      |
| 野外活動       | 6      | 146     |
| ボクシング      | 6      | 58      |
| カヌー        | 5      | 61      |
| エアロビック     | 4      | 95      |
| 太鼓         | 4      | 58      |
| カーリング      | 3      | 54      |
| ウェイトリフティング | 3      | 51      |
| ティーボール     | 2      | 29      |
| ボート        | 2      | 28      |
| ゲートボール     | 2      | 25      |
| 山岳         | 2      | 24      |
| 綱引         | 2      | 11      |
| 鼓笛         | 1      | 35      |
| 自転車        | 1      | 24      |
| ローラースケート   | 1      | 17      |
| トライアスロン    | 1      | 5       |
| 合計         | 32,170 | 694,173 |

# しょうねんだん 3 スポーツ少年団の歌

## 若いぼくら

岩田景代 作詞  
松本民之助 作曲

♩ = 120 あふれる力で  
*mf*

そらのあおさがぼくにある

それはわかさのシンボルだ

うをむねに

いこんで

のびるぼくらは日本のこ

そうだそうだそうだ

ポーツしょうねんだん

1.  
空の青さがぼくにある  
それはわかさのシンボルだ  
希望を胸にすいこんで  
伸びるぼくらは日本の子  
そうだそうだそうだ  
そうだスポーツ少年団

2.  
山の青さがぼくにある  
それはファイトのシンボルだ  
しげ茂るいばらをふみこえて  
駈けるぼくらは日本の子  
そうだそうだそうだ  
そうだスポーツ少年団

3.  
海の青さがぼくにある  
それは力のシンボルだ  
よ寄せる波濤をのりこえて  
進むぼくらは日本の子  
そうだそうだそうだ  
そうだスポーツ少年団

## みどりの朝風

太田克美 作詞  
明元京静 作曲

Marciale  
*mf*

みどりみどりのあさーかぜに

なっている われらはスポーツしょうねんだんに

おうけんこうあこがれたーかー

くーわかいちからを

さあたたえーよう わかいころを

さあーた たえーよう

1.  
みどりみどりの朝風に  
希望の団旗がなっている  
われらはスポーツ少年団  
におう健康あこがれ高く  
若い力をさあたたえよう  
若い心をさあたたえよう

2.  
さやかさやかな青空に  
平和の鳩が舞っている  
われらはスポーツ少年団  
水に大地に意気はつらつと  
若い力をさあそだてよう  
若い心をさあそだてよう

3.  
元気元気な歌声で  
世界の友が呼んでいる  
われらはスポーツ少年団  
燃えるファイトに花咲く技に  
若い力をさあきたえよう  
若い心をさあきたえよう

## ! ゴールに向かって

このスクーリング後、いよいよみなさんはリーダーの仲間入りです。

学んだことをふりかえり、リーダーとしての今後の目標を記入してみましょう。

また、スクーリングで出会った仲間や先輩リーダー、指導者せんぱいの人から応援メッセージしどうしゃを記入してもらいましょう。

仲間からの応援おうえんメッセージ

リーダーとしての今後の目標



スポーツ少年団  
**ジュニア・リーダーのためのテキストブック**  
ジュニア・リーダースクールテキスト

第1刷 平成22年5月10日  
第9刷 平成30年4月13日

.....  
監修

日本スポーツ少年団 リーダー養成ワーキンググループ

編集／発行

公益財団法人日本スポーツ協会 日本スポーツ少年団

東京都渋谷区神南 1-1-1 岸記念体育会館内

TEL. 03-3481-2222

