

スタートコーチ(ジュニア・ユース)専門科目テキスト[第 2 刷(令和 7 年 4 月 11 日)] 修正箇所一覧

- 本テキストは、「スタートコーチ(ジュニア・ユース)専門科目テキスト[第 1 刷(令和 6 年 4 月 5 日)]」からの修正箇所を一覧にてお示ししております。必要に応じてご参照ください。
- 修正箇所は赤字(下線)で示しております。

該当箇所①	
■修正前(第 1 刷 p28 1～16 行目) 身体の発育に伴う筋力の発達期は神経系と異なり、最大発達年齢(握力)について言えば、男子 12.6 歳、女子が 10.6 歳との報告がある¹³⁾。男女で異なるが、PHV 年齢と照らし合わせるといずれもその約 1 年後と言える。筋力の発達は主に筋肉量の増加によるが、筋肉(骨格筋)を構成する筋繊維の本数は大きく変わらないことから、各筋繊維が肥大すること、長くなることを要因として筋力の発達が生じる。この筋繊維はその性質から 2 種類に大別される。 筋繊維は、その収縮速度、発揮パワーと収縮時間によって、速筋繊維(FT 繊維^{※8)}と遅筋繊維(ST 繊維^{※9)}に区別される。速筋繊維は、収縮速度が速く発揮される筋パワーも大きい、疲労しやすくその持続時間が短い。タイプⅡ繊維や一般に白筋とも呼ばれる。遅筋繊維は、収縮速度が遅く発揮される筋パワーも少ない、疲労しにくくその持続時間が長い¹⁴⁾。タイプⅠ繊維や一般に赤筋とも呼ばれる。瞬発力を必要とする運動では速筋繊維、持続的な運動や姿勢保持には遅筋繊維が主働的に担う。求められる収縮速度、発揮パワー、収縮時間の違いに対応し、それぞれの筋繊維が働くことにより動きが成り立っている。 この 2 種の筋繊維の発達時期は異なり、速筋繊維は PHV 年齢以前では目立った発達はみられない。中学高校以降に急激な筋力の増加が特に男子にみられる(図 5)が、これは遅筋繊維の発達に加え速筋繊維の発達が急激に生じたため、この時期から素早い瞬発力を求めるような場面での運動能力の向上が見込める⁹⁾。	■修正後(第 2 刷 p28 1～16 行目) 身体の発育に伴う筋力の発達期は神経系と異なり、最大発達年齢(握力)について言えば、男子 12.6 歳、女子が 10.6 歳との報告がある¹³⁾。男女で異なるが、PHV 年齢と照らし合わせるといずれもその約 1 年後と言える。筋力の発達は主に筋肉量の増加によるが、筋肉(骨格筋)を構成する筋<u>線</u>維の本数は大きく変わらないことから、各筋<u>線</u>維が肥大すること、長くなることを要因として筋力の発達が生じる。この筋<u>線</u>維はその性質から 2 種類に大別される。 筋<u>線</u>維は、その収縮速度、発揮パワーと収縮時間によって、速筋<u>線</u>維(FT <u>線</u>維^{※8)}と遅筋<u>線</u>維(ST <u>線</u>維^{※9)}に区別される。速筋<u>線</u>維は、収縮速度が速く発揮される筋パワーも大きい、疲労しやすくその持続時間が短い。タイプⅡ<u>線</u>維や一般に白筋とも呼ばれる。遅筋<u>線</u>維は、収縮速度が遅く発揮される筋パワーも少ない、疲労しにくくその持続時間が長い¹⁴⁾。タイプⅠ<u>線</u>維や一般に赤筋とも呼ばれる。瞬発力を必要とする運動では速筋<u>線</u>維、持続的な運動や姿勢保持には遅筋<u>線</u>維が主働的に担う。求められる収縮速度、発揮パワー、収縮時間の違いに対応し、それぞれの筋<u>線</u>維が働くことにより動きが成り立っている。 この 2 種の筋<u>線</u>維の発達時期は異なり、速筋<u>線</u>維は PHV 年齢以前では目立った発達はみられない。中学高校以降に急激な筋力の増加が特に男子にみられる(図 5)が、これは遅筋<u>線</u>維の発達に加え速筋<u>線</u>維の発達が急激に生じたため、この時期から素早い瞬発力を求めるような場面での運動能力の向上が見込める⁹⁾。

該当箇所②	
■修正前(第 1 刷 p28 本文欄外) ※ 8 FT 繊維 ※ 9 ST 繊維	■修正後(第 2 刷 p28 本文欄外) ※ 8 FT <u>線</u>維 ※ 9 ST <u>線</u>維

スタートコーチ(ジュニア・ユース)専門科目テキスト[第2刷(令和7年4月11日)] 修正箇所一覧

- 本テキストは、「スタートコーチ(ジュニア・ユース)専門科目テキスト[第1刷(令和6年4月5日)]」からの修正箇所を一覧にてお示ししております。必要に応じてご参照ください。
- 修正箇所は赤字(下線)で示しております。

該当箇所③	
■修正前(第1刷 p29 2行目)	■修正後(第2刷 p29 2行目)
身体活動レベルがふつうの子どもでは	<u>身体活動レベルが 3 区分のうち「ふつう」</u> の子どもでは

該当箇所④	
修正前(第1刷 p83 本文欄外)に以下内容を追加。	
■修正後(第2刷 p83 本文欄外)	
<u>上記「スポーツ団体ガバナンスコード<一般スポーツ団体向け>」は2023年11月30日付で改定されています。改定のポイントは以下を参照。</u> https://www.mext.go.jp/sports/bmenu/houdou/2023/jsa_00002.htm	
	

該当箇所⑤	
修正前(第1刷 p86(3) 16行目 および 第2刷 p83 本文欄外)に以下内容を追加。	
■修正後(第2刷 p83 16行目)	
理解を得ていく必要がある ^{※6} 。	
■修正後(第2刷 p83 本文欄外)	
<u>※6 単位団を構成する全ての者、指導者も、育成母集団も、団員も高い競技志向を有し、活動量が多いことに不満を有していない場合にこれを許容してよいか。全ての当事者が同意している以上何の問題もないとみる立場もありうるが、妥当ではないだろう。過大な競技志向や活動量が青少年の健全な育成に反することは本書の別の項(「第3章 ジュニア期のスポーツ」の「1 発育発達期の身体的特徴」(P.24-29 参照)、「2 発育発達期の心理的特徴」(P.30-38 参照)、「4 発育発達期のプログラム」(P.46-55 参照))にも記載のあるとおりである。個別の単位団において、全ての構成員が過大な競技志向や活動量を許容していたとしても、スポーツ少年団の組織に参加する限り、スポーツ少年団の理念に沿わない運営は許容されない。</u> <u>ところで、単位団の全員が過大な競技志向や活動量を許容している場合には、単位団内部での是正が容易でない。近隣の単位団同士で相互にチェックをしあう、あるいは、市区町村団又は都道府県団から単位団へ助言や注意喚起を図る仕組みも必要であろう。</u>	

スタートコーチ(ジュニア・ユース)専門科目テキスト[第 2 刷(令和 7 年 4 月 11 日)] 修正箇所一覧

- 本テキストは、「スタートコーチ(ジュニア・ユース)専門科目テキスト[第 1 刷(令和 6 年 4 月 5 日)]」からの修正箇所を一覧にてお示ししております。必要に応じてご参照ください。
- 修正箇所は赤字(下線)で示しております。

該当箇所⑥

修正前(第 1 刷 p86(5) 8行目 および 第 2 刷 p86 本文欄外)に以下内容を追加。

■修正後(第 2 刷 p86(5) 8行目)

合理的な配慮を検討すべきである※7。

■修正後(第 2 刷 p86 本文欄外)

※7 会計が機能していない例に加え、公益財団法人日本スポーツ協会による処分事例を見ると、補助金の不正な利用が散見される。地方公共団体(又はそのスポーツ協会)によっては、スポーツ少年団に対して相応の補助金が支給される場合がある。公金の使途に対しては社会の目がより厳しくなる一方で、スポーツ少年団と地方公共団体(又はそのスポーツ協会)のそれぞれの担当者の関係が深いことは、ときに補助金の運用が杜撰となる要因となりうる。「スポーツの世界だから」といった言い訳がまず通らないということを肝に銘じる必要があろう。