

育成年代における競技会ガイドライン

公益財団法人日本陸上競技連盟

1. 趣旨

本ガイドラインは、「競技者育成指針」に基づき、育成年代における競技者の健全な成長を促し、安全で公正かつ多様な競技環境を提供することを目的とする。特に競技会においては、自己の可能性への挑戦や人間性の涵養を重視しながら、競技負荷の適正化と質の高い競技機会の創出を両立させることによって、「一人でも多くの人が陸上競技を楽しみ、そして関わり続けるために」という長期的視点に立った競技者の成長と陸上競技界全体の持続的発展を支援する。

2. 競技会カレンダーの整備

2.1 健康・安全への配慮

- ヒトの発汗機能は思春期辺りまで未発達であり、高い意欲や競争意識による無理が体温上昇のリスク要因となることから、暑熱環境下での競技開催については、健康と競技力向上の両面から慎重に判断する。
- 猛暑日となる可能性が極めて高い時期（特に7-8月）の競技会開催を原則回避する。例外として、冷涼地域・室内施設・早朝・夜間開催等、安全対策を十分に講じた場合に限り実施可とする。
- WBGT（黒球湿球温度）31度以上となる暑熱環境下では、競技の中止・中断等の安全措置を講じる。

2.2 競技機会の均等化

- 年間を通じて、あらゆる競技レベルの選手たちが公平に競技機会を得られるよう、過密日程を避け、試合数の適正化・均一化を図る。
- 全国大会の意義や在り方を見直すとともに、地域大会の意義や活性化、および両者の連携強化を図る。
- 年齢や能力に応じた段階的な競技機会を設けるなど、競技力の拮抗した競技者同士が競争を楽しめる環境を整備する。

3. 競技会の形式および運営

3.1 競技会の設定

- 育成年代の特性を考慮し、オリンピック種目のみに限定せず、多様かつ適切な種目を柔軟に設定する。
- 出場種目数の制限や試合数、ラウンド数、試技数の制限およびラウンド間の休息時間の適正化により、選手への過度な負担を防止する。
- 1日の競技時間の短縮、拘束時間の適正化および大会期間の短縮により、学業や生活との両立を支援する。
- 各都道府県や各地域での開催形式や運営方法の均一化を図り、全国各地で同質の競技会参加を保証するとともに、高い競技レベルの競技会への挑戦の際も、スムーズに対応できる仕組みを構築する。

3.2 競技運営の簡素化

- 一部の長距離種目、混成種目およびリレー種目の別開催や、総合得点（プレーシングポイント）の運用見直しなどにより、競技会運営の負担軽減と効率化を図る。
- 競技会参加者全員へのルール説明を徹底し、透明性ある競技運営を推進する。
- 公平性や安全性を担保しながら、より簡易な競技運営においても公認記録となる仕組みについて検討する。

4. 育成に資する競技環境の整備

4.1 発育発達に応じた競技環境

- 育成年代のステージにおいて多様な種目経験を奨励し、早期専門化を回避する。
- 記録への挑戦を通じた達成感や競技・競争の楽しさを重視し、競技者の心理的負担を軽減する。
- 競技カレンダーの見直しにより、早期のドロップアウトを防ぎ、継続的な競技参加を促す。
- タレントプールの拡充とトランスファーを意図した競技会環境の整備や育成年代の強化対象選手等の選抜の仕組みを構築する。

4.2 コーチ（指導者）の質の向上

- 育成年代の指導者（コーチ資格保有者）には、発育発達・コーチング・セーフガーディング等に関する研修の受講を義務付ける。
- 審判員には、競技規則の正確な理解に加え、セーフガーディングとインテグリティ（公正性・透明性）に関する研修を定期的実施する。
- すべての指導者・審判員が、フェアプレー・倫理観・リスペクトの模範となる行動を実践する。

5. 競技者の安全管理

- 競技者の健康管理を徹底し、過度な負荷をかけないために、身体的安全のみならず、心理的安全にも配慮した競技環境を整備し、後遺症など長期的な健康影響を未然に防ぐよう努める。
- 熱中症予防に関するガイドライン等の遵守と、医療体制の強化を徹底し、競技環境の安全確保を図る。
- スポーツ医・科学的知見を活用し、トレーニング負荷と試合配置を最適化（ピリオダイゼーション）することにより、質の高い競技会およびトレーニング経験・学習を保障し、安全で持続的な競技活動を推進する。
- 競技会場には、セーフガーディング担当者を配置し、ハラスメント・不正行為への迅速な対応を図る。

6. 競技会の評価と改善

- 競技会終了後は、競技者・指導者・審判員・運営関係者から多面的なフィードバックを収集し、継続的改善を図る。
- フェアプレー、インテグリティの確保、スポーツ障害（熱中症やオーバートレーニングなど）の予防を踏まえた安全管理体制や計画的な試合配置などを評価軸に加えた競技会の最適化を図る。
- 必要に応じて、外部有識者を含む評価・監査体制を整備する。