

【指導者研修会資料】

ルールを守る

いつも大会におけるルールを遵守し参加していただいているチームの皆様には余分な話なのですが、近年、主催者が決めたルールを守らない親が増えています。

連絡担当者が、チーム内全員に連絡しているかいないのかは定かではありませんが、注意すると逆切れする親、本当に時代が変わっているなと感じられる部分です。

スポーツにはルールがあり、ルールの上に成り立つものです。

そのルールのあるスポーツを子どもにさせている親が主催者の決めたルールを守れないのはいかなるものなのでしょうか。

これは指導者にも言えることで、連絡を受けて本当にチーム内に啓蒙しているかどうかはなほだ疑問を感じるチームもあります。

主催者は皆さんにお願いして大会に出ていただいているわけではありません。

大会への参加不参加は各チームの自由なのです。

したがって、主催者が決めたルールは大会参加条件となり、参加する以上はルールを厳守していただくという義務が生じることになるのです。

皆さんはスポーツマンの親であり指導者です。大会のルールはもちろんですが、常識で考えて行ってはいけないことをするのは子どもを育てる人としてどうなのでしょう。

大会に参加する際の主催者が決めたルールとは、例えば「駐車場のルール」、「下駄箱を使用しないことのルール」などです。なぜこのようなルールを定めているかは、体育館利用にあたっての項目をぜひご覧ください。

ちなみに...

これから外でのサッカーシーズンになりますが、その多くの大会を行う十勝川の河川敷の駐車に関してのルール。どんなものがあるか今一度確認してください。桜並木の間は現在、保護区間として通路以外のスペースは駐車できなくなっています。ロープを張っていたのですが、そのことを周知していたにも関わらず、切れているという理由だけで駐車されている車が多数あったことは、とても残念でした。縦列駐車の方法も今一度確認してください。買い物などで一時的に場所を離れる際にイスなどを置いて場所とりをしていませんか？また、駐車証は出していますか？駐車証は保護者だけでなく祖父母などの観戦に来られる方にも必ずコピーなどを配布しましょう。

有資格指導者と審判員を確保する

チーム内に日本サッカー協会有資格指導者が必要なことはご承知のことと思いますが、実際に指導を行っている指導者が持たなくてはならないという理解のもとに資格を持っている

ただきたいと思います。

また、管内で行われる大会は帯同審判制となっているため公認審判員が必要です。

4 級審判員確保は必須条件なのですが、4 級審判員でよい大会の不帯同審判は原則として認めておりません。この場合は参加条件に底触しますので不帯同審判料をお支払いいただいても対応することはできませんので必ず大会に参加できる審判員を確保してください。

また、2 名必要な大会で 1 名しか確保できないのも同様となります。

全道予選は 3 級以上の公認審判員を求められますので、基本的には 3 級審判員もチーム内に求められることとなります。

3 級審判員も有する（フットサルも同様）という自覚も持っていたきたいのですが、昨年、事前指導もなしに見極めを申し出てくる方がおりましたので、3 級上申は 4 級でトレーニングを積み 3 級の事前指導を受けて申告するようにしてください。

このように、チームとして有資格者と 3 級審判員を保有する自覚を持っていただくようお願い致します。

日本サッカー協会が定める「公認指導者登録制度」の資格取得者がチームに必要という意味。制度そのものは「情報伝達のスピードアップや共有情報の精度アップ」を目的としたもの。資格区分は S 級から D 級まであり、それぞれ研修や試験等を経て取得します。

日本サッカー協会が定める「公認審判員制度」に基づく審判を「公認審判員」と呼びます。新規で取得する際はサッカーもフットサルも 4 級審判員からスタートし、経験を積んだ後に 3 級・2 級と試験を受けながら昇格します。ちなみにワールドカップなどの国際試合を担当する審判員は、1 級審判員の中から選ばれた「国際審判員」です。

「事前指導」とは、4 級審判員が 3 級昇格を目指す際に、実際の試合で経験を積みながら審判委員会の指導を受けることです。審判委員会のメンバーが限られていること、また上位大会がかかっていない試合であってもやはり、子どもたちの真剣勝負の場ですから、それなりの経験が求められます。ぜひチームの練習試合や練習のミニゲームなどで、数多くのトレーニングをこなして、チャレンジしてください。

その他

最後に一人審判制のことに触れておきたいと思います。

選手も指導者も審判も人であればミスをします。

それをサッカーに携わる人たちが尊重しあい寛容にやって行きましょうというのが一人審判制の試みです。

つまり勝負にこだわらないでサッカーに係わる人達で子どもたちを支えあい成長を促しましょうということが理念となっているのです。

このような理解のもとに大会を行っておりますので皆様の共通理解のもとに大会参加をお

願ひ致します。

2010 シーズンから十勝でも導入した「1人審判制」では、経験豊富な審判もさまざまな場面で悩み・苦しんだ方もいるはずだ。しかし、制度の内容を自らも、そして子どもたちや周りの携わる全ての人たちの共通理解のもとで醸成させていきましょう。「失敗は成功の母」です。

また、審判をしていて分からないこと、判断に迷った場合は確認や冷静になったの判断を忘れないようにしましょう。間違えた判定をそのままにすると、子どもたちも間違えてルールを覚えてしまうことになりかねませんから。

こどもたちにサッカーの楽しさを伝えるために

(社)十勝地区サッカー協会4種委員会指導理念

- 1.サッカーを通じて、子どもを子どもらしく育成し、次のステージに送り出すこと。
- 2.サッカーが大好きな子どもを育成すること。
- 3.自主性のある子どもを育成すること。
- 4.創造性豊かな子どもを育成すること。
- 5.強い心を持つ子どもを育成すること。
- 6.自分の意思を表現できる子どもを育成すること。
- 7.パーフェクトスキルを身につけた子どもを育成すること。
- 8.サッカーの楽しさを損なわない指導をすること。
 - (1) 子どもたちに考えさせるサッカーをしよう
 - (2) 子どもたちにいいコーチングをしよう
 - (3) 大人の価値観をこどもに押し付けるのはやめよう

【パーフェクト・スキル】

「動いたりしてボディバランスを失っても、ボールが高く上がったとしてもボールを失わない。体やボールがどんな状態でも1発でコントロールできること」=身体に染み付いた丁寧な技術とでもいいでしょうか。

1.サッカーが楽しい

サッカーの楽しさとは何かということを考えたとき、楽しさの内容は様々です。これらは次のように分類されます。

- 1.体を動かす楽しさ
- 2.できないことができるようになる楽しさ(技術を高める楽しさ)

- 3 . 指導者や仲間に認めてもらう楽しさ
- 4 . ライバルに勝つ楽しさ、試合に勝つ楽しさ
- 5 . 仲間や指導者と協力する楽しさ
- 6 . 自分自身に打ち勝つ楽しさ

これらの楽しさは、子どもたちの年齢、技術水準、体力、心理的発達の度合などによって違ってきますが、いずれにしても、1人1人の楽しさの中身が何なのかということのを的確に把握して、それをうまく引き出してやるようにします。」

「少年サッカーの指導では、“ゆとり”が不可欠だといわれます。“ゆとり”とは何かというと、時間的な余裕ではなくて、子どもたちの自由な発想や意欲を妨げないということです。自由な発想や意欲は、教えすぎたり、ノルマを与えすぎたりすることによって妨げられます。

ドイツのフランツ・ベッケンバウアーは、『小学生年代では、戦術的な要求を与えすぎないようにすることが大切だ。そうしないと個性的な選手は育たない。』と語っています。なぜそうなのかといえば、小学生年代では自分で考え、決断してプレーする習慣を養うことが大切だからです。

ああしろ、こうしろ式の指導では、自分で考えたり決断したりする力が伸びないのです。では、なぜ小学生年代に教えすぎではいけないかというと、脳が急激に発達するこの時期に、言われたことだけをやって、自分で考えたり決断したりすることがなければ、思考したり、判断したり、想像したりする部分の脳が発達しないので、結果的に意欲や想像力に乏しい人間ができてしまうからです。

人間が自分の意志で考えたり、創造したり、意欲を起こしたりする場所は、脳の耳から前の「前頭葉」と呼ばれる部分です。

実は、この「前頭葉」は5歳から11、12歳まで、つまり小学生年代に急激に発達するのです。指導にゆとり（考える間）が必要な理由はここにあるのです。

「正しい技術、さまざまな種類の技術、基本的な戦術、そしてフェアプレーの精神をしっかり身につけさせ、将来子どもたちが伸びるための土台作りをします。少年期には、体力や闘志の力で“美の要素（技術、戦術、フェアプレーによって構成されるサッカーの芸術的な側面）”に優れたチームや個人を簡単に負かしてしまうことがあるので、勝つために“体格のよい子”や、“体力のある子”を中心にチームを構成してしまうことがあります。しかし、少年期には“美の要素”がどれだけ子どもたちに根付いているかという観点で指導を行うようにしたいものです。

目先の勝利にとらわれず、10年後に勝てる要素を少年期に養うようにしましょう。」

子どものサッカー 10カ条（デンマークサッカー協会）

- ・子どもたちはあなたのものではない
- ・子どもたちはサッカーに夢中だ
- ・子どもたちはあなたとともにサッカー人生を歩んでいる
- ・子どもたちから求められることはあっても、あなたから求めてはいけない
- ・あなたの欲望を、子どもたちを介して満たしてはならない

- ・ アドバイスをして、あなたの考えを押し付けてはいけない
- ・ 子どもの体を守る。しかし子どもたちの魂にまで踏み込んではいけない
- ・ コーチは童心になること。しかし子どもたちに大人のサッカーをさせてはいけない
- ・ コーチが子どもたちのサッカー人生をサポートすることは大切だ。しかし自分で考えさせることが必要だ
- ・ コーチは子どもを教え、導くことはできる。しかし、勝つことが大切か否かを決めるのは子どもたち自身だ

子ども本意

- 子どもたちは楽しそうに練習していますか？
- ただ単に走らせるような練習をしていませんか？
- 毎週同じ練習メニューではありませんか？
- 話すことが毎回同じではありませんか？
- 子どもたちが理解できる言葉を使っていますか？
- 言うことを聞かないからといって、厳しい練習を課していませんか？
- 練習や試合の目的を子どもたちに伝えていませんか？
- 毎試合、勝つことだけを求めていますか？
- 負けた試合を子どものせいにしていませんか？

サッカーというスポーツは、勝ち負けを競うものですので、それを否定するつもりはありませんが、それは指導の結果であり、練習の成果、その時の個の力が反映されるだけのものです。

指導者が勝ち負けだけにこだわり過ぎるとするのは、指導者の自己満足に過ぎません。

楽しいことが一目瞭然でわかる子どもの姿ってなんでしょう。子どもが楽しい時の表情... 笑顔一杯で子どもたちがサッカーと触れ合ってくれたら嬉しいですね。サッカーが好きな人の多くが読んできたというマンガ「キャプテン翼」の翼君の名台詞「ボールはともだち」。ボールだけじゃなく、仲間も、そしてサッカーそのものも友だちと思えるぐらい親しんでくれたらいいですね。

【フランツ・ベッケンバウアー】

ドイツ・ミュンヘン出身の元サッカー選手、元サッカー指導者。現在はドイツサッカー連盟の副会長、バイエルン・ミュンヘンのクラブ会長。2006年FIFAワールドカップドイツ大会では組織委員長を務めた。現役時代はリベロ（攻撃参加するスイーパー）システムを確立させ、世界的な名声を得た。ピッチ上で味方選手を堂々と操るその風格と、皇帝ランツとファーストネームが同じ事から「皇帝」と呼ばれた。

この年代の子どもたちは吸収力もすごいものがあります。楽しいと感じることは千差万別かも知れませんが、大人も一緒に楽しみながらサッカーを考えてみましょう。私はサッカーをしたことがないのですが、そのかわり審判をするためにルールを一生懸命勉強しまし

た。子どもたちとは、大会が終わるたびに、フットサルの間接フリーキックってどんな場合？こんな場合はカードが出ちゃうかな？などと、ルールに関するクイズをしたりして、楽しみながら一緒に勉強したりしています。

そう、子ども達は公園でサッカーをしていますが、帰る時間を忘れ、周りが真っ暗になるまでサッカーをしてしまうほど、サッカーが大好きなんです。サッカーに夢中なんです。その純粋な好きだという気持ちを生かして指導をしてください。手助けは全てをしてしまうこととは違います。

プレーヤーズファースト。選手が中心。選手が何を感じて何を欲しているのか、感じて行動できるすてきな指導者を目指してください。

勝ち負けにのみ固執するということと、勝ちたいという気持ちを尊重することの違いを理解しましょうということです。負けて笑ってさばさばしてましようということでは決してありません。

2.子どもたちに考える機会を与えていますか

日常の指導が指示命令の連続になっていないか

- 「そこでパス」、「シュートだ」試合の間中子どもを煽っていないか
- わかった本当にわかったと念ばかり押していないか
- やらされるサッカーは楽しくない

「分からないから教える」のでは考える力は育たない

日常的な練習を工夫することにより考える力を育てる
練習の要点を必ず子どもたちに説明する

- 指導者のイメージを子どもに押しつけてはいけない
- 子どもに意思のないサッカーは何の技術も磨けない

形どおりのことをやるしか教えられない選手は実戦では通用しません。なぜなら、サッカーはあらゆる局面で異なる自己判断力が求められるからです。

親にも同じことが言えますよ。なぜサイドコーチング（観客席から直接プレイに関することを指示すること）がいけないのかを改めて考えてみてください。

サッカーはスポーツの中でも「瞬間の判断能力」を一番求められるスポーツと言われています。だからこそ、これから輝く子ども達に、自分で考え、自分で判断するその能力を備えてあげましょう。コントローラを握り締めて楽しんでいるサッカーゲームとは違います。子ども達は時にはびっくりするようなプレーをしてくれるかもしれません。無限の可能性を秘めている子ども達の未来に、手を貸してあげましょう。

3.敗戦を精神論で片付けていませんか

「相手のほうが勝ちたい気持ちが強かった」

「走り負けている」

負けたことを子どもたちのせいに行っている言葉であり、話すことが見つからない洞察力のない指導者が言う言葉です。

戦う時の闘志や集中力は大切な要素ですが、精神論だけでは子どもは育ちません。

あるドラマで・・・「負けてお前ら悔しくないのか！」と監督が一言。でもこれは冷めた大人のチームのスポーツの姿勢を正した言葉でした。子ども達はスポーツに対していつも真摯で、いつも正直です。精神的なことを言えばどのチーム、どの子も勝ちたいという気持ちの大きさは同じだと思います。

4.子どもたちにいいコーチングをしていますか

子どもがチャレンジする機会を奪っていませんか

子どもたちに固定観念を抱かせないコーチングをしていますか

子どもたちに難しい言葉で話をしていませんか

子どもたちは思ったほど理解力がありません。

難しい言葉を並べて自己満足していませんか？

要点をまとめて簡略に話をしましょう

試合終了後など、長々と話をしていませんか。半分以上子どもたちの耳をとおり抜けていると思いますよ。

試合でた課題は、長話ではなく練習で修正しましょう。

最初から答えを教えるのではなく、子ども達から答えを引き出す問いかけを行いましょう。

子どもに語りかけ、子どもの考え・言葉を聴く。

とはいうものの、子どもたちは自分の考えを表現することが苦手です。

コミュニケーションが苦手なのです。

子どもには子どものペースがあり、考えがあります。

それをコーチや親の都合に無理やり引きずり込んでいるのです。

僕はサッカーの経験がありません。ですが野球やアイスホッケー、ミニバレーなどたくさんスポーツを楽しんでいます。スポーツの中で、サッカーほど「チャレンジ」という言葉を使うスポーツはほかにはないと思います。何年か関わってきて強く思ったこと、子ども達は失敗してもいいからチャレンジしてみるという気持ちをたくさん持たせてあげるこ

とによって、いくつもの壁にぶつかり、いくつもの壁を乗り越えているのだなぁ・・・と。

試合後・・・酸欠の状態・・・疲労感たっぷり・・・大の大人でもなかなか人の言葉や難しいことは入ってきませんよね。子ども達も同じです。

コミュニケーションの研修会に参加したことがあります。とても大切なことは「傾聴」だと。相手の言葉に大きくうなずきながら、こちらからの反論を極力抑えて、同意しながら話を進めるだけで、とても関係はうまくいくそうですよ。子どもは話をすることが苦手な子もたくさんいます。もっとこどもたちと語り合しましょう。

5.大人の価値観を子どもに押し付けていませんか

指導者や親が勝ちたいという気持ちを子どもに押し付けていませんか
子どもたちは指導者や親の代理戦争を行っているではありません
指導者が評価されるのは子どもたちが大人になってから、自分の技術レベルが高いとか周りとのレベルを子ども達の実感できた時に子どもたち自身が評価する。
また、個のレベルを次の指導者が評価するものです。
大人の欲望・期待・価値観・戦術を子どもたちに押し付けてはいけません。
例えば、グラウンドに礼をさせる指導者がいますが、グラウンドにあいさつしても相手は返してくれません。あいさつは相手があってこそ意味があるものです。
人によりそれぞれ価値観は違いますが、大人が促してあいさつさせてもそこから育つものはないと思います。

以前は、全道がかかった予選の朝、こどもたちに必ず言いました。「絶対に勝ってこいよ！」
でも最近は言いません。「今日は自分のできることを精一杯しておいで！精一杯走り回って来いっ！」これもたくさんの試合やこどもたちと関わってきた変化の一つでしょうか。

あいさつが大事だということはみんな知っています。それが自然にできるようになる環境を作ることが大切なのではないでしょうか。子ども達は周りの大人の背中を行動を見ていますよ。

6.楽しくサッカーをさせるために練習内容を工夫する

試合の局面が頻繁に現れる練習を構築する。
技術トレーニングを試合で使えるようにトレーニングをする。
攻守の切り替えを連続させる練習を増やす（オープンスキルを多くする）
練習は子どもたちができないから練習をするのであるが、できない練習は子どもを飽きさ

せる。出来たり出来なかつたりする程度の練習が丁度よいとされる。

つまり、レベルに合わせたトレーニングを構築することです。

大切なのは、「自分のチームの子どもたちのスキルを測定し、これらのことをチームにどう落とし込んでいくか。また、それらを子どもたちが楽しいと感じるトレーニングメニューにして、その目的をいかに正しく伝えるか。」ということを考え、実践することです。これが指導者としての「独自能力」です。

たとえば、M-T-M メソッドというトレーニング手法があります。

マッチ（試合） トレーニング マッチ 検証

試合で出た課題を抽出し、トレーニングでそれを改善。そして試合で確認し次の課題を抽出する。という手法です。

これは素晴らしいトレーニング手法ですが、課題克服方法だけに力を入れていると、ベースになる基本部分の指導がおろそかになる恐れがあります。なんせ子供たちの試合は、課題だらけだからです。

「どういうサッカースタイルを持つのか」この部分をしっかりと持った上で、M-T-M メソッドを取り入れていく方法が重要となります。

与えられた情報を指導者が適切に判断し、子ども本位の基本理念に従って、最善の方法で現場にどうやって落とし込んでいくか。

このように、子どもたちに楽しくサッカーをさせるために少年サッカー指導者としての独自能力はとても大切なことです。

【オープンスキル】球技などで目を使ってボールを追い、身体を動かすこと。またその技術。反対語は「クローズスキル」。陸上運動や器械運動などの、いわゆる身体感覚を重視した動きのこと、またその技術。オープン・クローズが差す部位はつまり「目」。

【メソッド】もともとはパソコンなどの用語でオブジェクト指向プログラムがオブジェクト自身が自身に対して行う操作のこと。ひいては「手続き」や「手法」という意味で用いられる。

7. 指導者から指導者への言葉

指導者は子どもたちの未来に触れている アンディ・ロクスバーグ

学ぶことをやめたら教えることをやめなめればならない ロジェ・ルメール

「大事なことは今日の結果ではなく、子どもが明日どういうプレーをするかを楽しみにする気持ちをもつこと」

あなたは、サッカーで子どもの何を育てますか？子どもの何を育てたいですか？体力でしょうか、根性でしょうか、仲間意識でしょうか。私は、小学生年代は「サッカーを楽しむ心」というところにつなげてほしいと思います。イビチャ・オシム

【アンディ・ロクスバーグ】1986-1993 年のスコットランド代表監督。UEFA（欧州サッカー連盟）のテクニカルディレクター。

【ロジェ・ルメール】元フランス代表のサッカー選手、指導者、代表監督などを歴任。日韓開催の世界カップではフランス代表監督して指揮をとった。

【イビチャ・オシム】元ユーゴスラビア代表のサッカー選手。日本ではジェフ市原や日本代表監督として活躍した。現役時代の12年間でイエローカードを1枚も受けなかったフェアな選手。

8.子どもから指導者・父母の方たちへ

大人の方々へ

ぼくたちの試合を観にきてくださってありがとうございます。

また、いつもぼくたちのスポーツ活動を支援していただきありがとうございます。

今日という日は、ぼくたちの一日です。ぼくたちはサッカーを思う存分やろうと、喜んでここに来ています。

もちろん、誰だって勝ちたいにきまっています。

でも、一番大切なことは「プレーができる」ということです。

だからどうか、ぼくたちの思うようにプレーさせてください。

ピッチのそばで怒鳴らないで、相手チームのサポーターに対しても、フェアでいてください。ミス、プレーをいちいちなじらないでください。ぼくたちはしょんぼりするだけで何の役にもたたないからです。

以上 よろしくご理解ください。

子ども一同

運営や審判に携わっていて拍手したくなるくらい嬉しい瞬間。思わず微笑んだり、親指を立てて「ナイス」と声をかけたくなるってことがたくさんありました。子どもたちが意図しないファウルをした時に相手に声をかけ、かけられた方も手を出す。失敗した仲間のそばに寄ってみんなで励ます。サポーター・観戦している親が、自分の子どもと対戦している相手のチームのプレーヤーをほめている、フェアプレイに自然と拍手が沸きあがるなど。親が子どもにできることってたくさんあります。どうか子ども達に楽しいサッカーをしてもらう環境を、一緒に育て上げていきましょう。

今シーズンの少人数制サッカーを振り返って
～十勝少年サッカー連盟技術委員会～

1 . 少人数制サッカーの主な特徴

- (1) ボールに触れられる機会が多い。
- (2) ゴールチャンスとピンチが多い。
- (3) 攻守の切りかえが速い。

スペースも時間もないので、もたもたしている暇がなく、常に全員が攻め守っていることが要求される。

ボールに触れば触るほどうまくなる子どもたちにとっては、11 人制よりもメリットが大きい。

ボールに触れる時間が増えることによって、子どもたちがサッカーは楽しいものだと感じることができる。

2 . 8 人制サッカー

- ・ドリブルでのしかけが少ない。
- ・中盤を省略したサッカー ゲームメイクをする選手が育たない。
- ・ボールをしっかりつないで、相手を崩してから得点シーンが少ない。
- ・DFラインからの攻撃参加がほとんど見られない。
- ・常にDFラインに1人残っているチーム キックマシーン。オフのかかわりが無い。
- ・蹴りすぎ。蹴らせすぎ。

3 . フットサル

- ・GKからの相手ゴール前へのキックはできなくなったわけだが...
- ・キックインからのシュートが多すぎる。
- ・判断のないキックが多すぎる。
- ・GKが味方につなごうとせず、コート外にすぐに投げ出す場面が目立つ。
- ・「上がるな。」あるいは「ゴール前に残っている。」という指示。
- ・蹴りすぎ。蹴らせすぎ。

4 . そしてこれから・・・

勝つためだけに蹴らせる その子の将来の姿を考えていますか。

子どもたち自身の判断によるプレーが少ない。

考えて失敗したプレーは大いに認めてあげる。

ベンチからの声（コーチング）によって、ボールにかかわることを苦痛に感じている子どもはいないだろうか。

ボールがない時間（いわゆるオフ）にどのようにプレーにかかわるのかを考える子どもを育てていきたい。

いろいろなポジションを経験させることも必要ではないか。

ポカリリーグやウインターカップは、チームの勝利よりも選手個々を育成する場。子ども自身に考えさせ、選手交代も含めてどんどんチャレンジする場にしてはどうか。

保護者にもっと啓蒙しましょう。