YFA育成年代U10－U18 指導者ガイドライン

指導者は選手の未来に触れている

指導者は、選手が好きなサッカーを通して人としての成長を果たし、将来、多くの仲間と共に豊かな人生を歩むことができるように導く教育者（人づくり）でなくてはなりません。

だからこそ、我々指導者は、決して利己的な判断で選手を指導することがあってはなりません。

また、選手の自発性を培う為に「責める」ことは止め、「褒める」ことを増やし、健全な社会性を培う為には「叱る」べき時を見逃さない指導が必要となります。

選手は成長しています。児童期(～U12)までは「してあげる人」として多くのことを選手に学ばせ、思春期(U13～U18)からは、してあげることを少しずつ減らし、「見守れる人」として選手の自立性を培わなければなりません。

はじめに「YFA選手育成指針」について紹介し、Vo.1では「選手像」、Vo.2では「指導力向上」、Vo.3では「人づくり」について指導者の関わり方を確認します。

YFA選手育成指針 2019－

めざせ 強豪県復活！一貫指導体制の実現

山梨県の目指す選手育成　４つの柱

ゴールを目指し、たくましく（球際に強く）チャレンジし続ける選手
～１対１の攻守にタフな選手へ～

攻守にたくましく（球際に強く）チャレンジし続けることができる選手の育成

Vo.1

Badな関わり方

・局面の出来ばえに一喜一憂してしまうコーチング
「抜かれるなよ、失うなよ、バカか、どこ見てるんだetc.」
⇒うなだれる選手、自信の喪失 ⇒プレーの停止

サッカーにおける「ミス」とは
サッカーの目的は「ゴールを奪う」「ボールを奪う」「ゴールを守る」こと。よって、この過程で起こるアクシデント(ボールを失う、キックミス、コントロールミスetc.)は必然現象であり「ミス」ではない。
選手にとって「ミス」とは、過程で起こるアクシデントにうなだれ、プレーを停止し(関わらない)、目的へのチャレンジを止めてしまうことにある。

・球際で逞しくプレーできない姿を見逃してしまう
①ヘディングの競り合いでボールから目を背け、ボールを見失ったり、ファールを犯す
②パス＆シュートブロックでボールから目を背け、背中やお尻からブロックに入る

ヘディングの競り合い、パス＆シュートブロックの球際へのプレーは「気合い・勇気」で実現するものではない。
ゲームの勝敗を左右する「ボールを奪う」「ゴールを守る」局面において、重要不可欠なスキルとして身に付けさせなければならない。

・審判に対するクレームボイス
「おーい、逆だろう、ちゃんと(笛)吹け、ｵﾌｻｲﾄﾞ！ etc.」
⇒戸惑う、共鳴する選手⇒プレーの停止

Goodな関わり方

・プレーの連続（攻守の切替）を身に付けさせる
選手自身や仲間がアクシデントを起こした時、速やかに次の局面に関わり続けることができるようにする。
⇒アクシデント(抜かれた、ボールを失った)を起こした選手に対して「次はetc.」のコーチング
⇒プレーを連続した選手に対して「ナイス、グッドetc.」の賛辞

・球際で逞しくプレーすることができるようにする
①最後までボールを見据え、体を張ってヘディングの競り合いができる。
②最後までボールを見据え、体を張ってパス＆シュートブロックができる。

・選手を成功体験へ導くコーチング
ｹﾞｰﾑ局面における成功の積み重ね⇒自信の芽生え、ｽｷﾙｱｯﾌﾟ

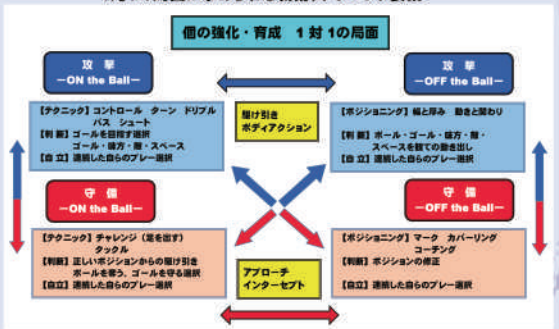
・審判へのクレームボイスは厳禁とし、ｼﾞｬｯｼﾞに則したプレー準備をコーチング
⇒「相手ﾎﾞｰﾙだぞ、次の準備は!?etc.」のコーチング

１対１の攻守にタフな選手の育成

Vo.1

１対１の局面に則した判断を身に付けさせ、下した判断を実現するテクニックと実現し続けるプレーの連続性（タフ）を磨き上げる

１対１の局面に求められる戦術、テクニック要素



特長のある選手の育成

Vo.1

Badな関わり方

・勝利主義による選手へのプレー制限
「～しておけ」「～するな」など、選手の判断を奪うコーチング

Goodな関わり方

・選手が判断したプレーをリスペクトする
→プレー結果の評価では無く、「判断」と「スキル」に分け評価
⇒選手は良い判断を積み重ね、判断に必要なスキルを習得
※U12まで→選手が下した「判断」に必要なスキルUPを重視
※U13から→選手が下す「判断」のｸｳｫﾘﾃｨｰ(質)UPを重視

・特長を見逃さず、磨き上げる→次のカテゴリーへの伝達

例）フィジカル→背が高い、足が速い、俊敏性
キック→精度が高い、遠くに、種類が豊富、強い
ドリブル→速い、細かい、豊富なターンスキル(揺さ振り)
ヘディング→ヘディングボールが強い、高い、精度が高い、遠くに、種類が豊富
コンタクト→当たり負けない、力強いスクリーンプレー
コーチング→声が大きい、絶え間ない、戦術的
運動量→関わり続ける走力、質の高い動き(オフ・サ・ボール)

指導力の向上

Vo.2

①選手への伝達力の向上

選手のｗｈｙに対してｂｅｃａｕｓｅ対応ができる指導者
→技術、戦術に対する論理的な理解を深める
※プレーを「判断」と「スキル」に分けて評価する為の必修事項
⇒JFA公認指導者ﾗｲｾﾝｽ講習会（学びの場）への参加、資格取得

②魅力ある指導者のパーソナリティー

公平・公正　：特定の選手に損益が偏る⇒チーム崩壊
ポジティブ　：試合結果、プレーを前向きに肯定的に精算できる
バイタリティー　：選手にやる気を持たせるｸﾞｯﾄﾞ・ﾓﾁﾍﾞｲﾀｰ
叱れる　：チームに規律と団結を醸成する
実技力　：「真似る」見本となることで、選手は「学ぶ」ことができる

トレーニング環境の整備（日常の質を向上させる）

Vo.2

① 攻防があるTR→闘う姿勢、勝利への闘志
② ゴールがあるTR→ゴールを目指す選手の育成
③ 常に研ぎ澄まされた緊張感のあるTR
→オーガナイズの工夫（PLAYの確保）
④ 選手の向上心やプライドを養うTR
→褒める、的確（論理的）なコーチング
⑤ 4つの局面（攻撃、攻→守、守備、守→攻）を分析したPDCAサイクルによるM-T-MのTR
P:Plan計画　D:Do実行　C:Check評価　A:Action改善
M-T-M:Match試合　Traning練習
⑥ 個人技、個人戦術、グループ戦術、基礎体力に区分されたTR

リスペクト（礼節を尊ぶ姿・奉仕する姿）が体現できる人へ

Vo.3

「人としての成長を果たした姿」とは、「自己の義務（やるべき事）を果たし、自分の為ではなく他者の為に判断や行動ができるようになること」である。このことにより、責任感があり気遣いができる人へと成長し、多くの人と関わることができる魅力的な大人として自立を成し遂げることとなる。

よって、指導者の役割とは、選手が自己の義務（やるべき事）を果たすことができる人、また、リスペクト（礼節を尊ぶ姿・奉仕する姿）が体現できる人へと導くことにある。

1）自己の義務（やるべき事）を果たすことができる人への導き

①育成年代U10-U18の生活の場は学校である。児童・生徒として果たすべき義務は学校生活を整えることを確認する。
→学業、学校行事、クラス活動（清掃・HR）の不備を見逃さない。
⇒学力（成績）は人間力のﾊﾞﾛﾒｰﾀｰ（目安）
成績が高い：計画力、実行力、継続力、責任感がある人
成績が低い：言い訳が多い、気まぐれ、自己中心的な人

⇒「サッカー（やりたい事）は100%、学業（やるべき事）には無関心・無責任（無頓着）」
これでは人としての成長もなく、大好きなサッカーにおいても本当に苦しい場面で、責任を果たすことができない選手になることを確認する。
⇒学校生活を整えて（やるべき事【義務】を果たして）、サッカーに取り組む（やりたい事【権利】を主張する）姿勢を身に付けさせる。

②家庭生活において「できる事」を増やし、「やるべき事」として自ら整えることができるようにする。

⇒面倒くさいができる人となり、着実な準備を持って物事に当たることができる人へ成長させる。

③チームの準備や片付けを自ら進んでできるようにする。
「言われたらする」⇒「言われなくてもできる」への成長

④トレーニングにおいて選手がやるべき事をする姿へ導く

Badな関わり方
・仲間の動きを後追いしながら、仲間と同じ動きをすることをﾄﾚｰﾆﾝｸﾞの目的とする姿

Goodな関わり方
・指導者の説明からﾄﾚｰﾆﾝｸﾞの目的、ｵｰｶﾞﾅｲｽﾞ、ｷｰﾌｧｸﾀｰを聴き取り（注意深く耳を傾け、動作をｲﾒｰｼﾞする）、自らの判断で動き出しができる姿

2）礼節を尊ぶ姿が体現できる人への導き

礼節とは「礼儀」と「節度」である。「礼儀」とは人間関係や社会秩序を維持する為に人が守るべき行動様式である。「節度」とは状況に相当した度合いのことである。

つまり、礼節とは「礼儀」を持って心から相手を思い、「節度」ある行動をとることである。

このことを身に付けさせる為、「自利利他（じりりた）」《相手を幸せにすることで自分にも幸せがやってくる》の精神を理解させることが重要となる。

①挨拶や返事をハキハキとすることができる。
・自身が「しました」ではなく、相手に明確に、快く「伝える」
②人の話を聴く（注意深く耳を傾け、自身の成長に繋げる）ことができる。
・話しの音を聞くのではなく、話の意図をイメージ（映像）に転換
③正しい言葉遣いや正しい姿勢をとることができる。
・感謝、敬意が伝わる言葉遣い、姿勢
④周りの人のことを考えた行動をとることができる。
・人を不愉快にさせる行動を自ら抑止

3）奉仕する姿が体現できる人への導き

奉仕とは報酬や見返りを求めずに労働や行動を行うことであり、自分のことではなく、他人のことを考えて行動する様のことである。

つまり、私心を捨てて、社会や他人の為に尽くすことである。

自身に関わる全ての人（家庭、学校、地域、チーム）の為に、できる事は自ら進んで行うことができる。

⇒「どうして、私がやるの？」ではなく、「私がやります」という「自分のことはさておいて、人の為に一肌脱ぐ」思考を身に付けさせる。

ハードワーク（努力する姿・諦めない姿）が体現できる人へ

Vo.3

「豊かな人生を歩む」ために必要なことは、目標達成という「結果」ではなく、目標達成に向けて整えるべき準備を行い（努力）、目標を達成するまで整えるべき準備を継続できる（諦めない）という「過程（プロセス）」である。

よって、指導者の役割は、目標達成という「結果」を追求しながら、選手を「過程（プロセス）」においてハードワーク（努力する姿・諦めない姿）が体現できる人へと導くことにある。

そのために、指導者は試合結果や選手のプレー結果に囚われることなく、選手のハードワーク（努力する姿・諦めない姿）の体現を指導・評価することに努めなければならない。

①何事（サッカー、学校・家庭生活）にも一生懸命に取り組むことができる。
②出来ないことを出来るようにする。
③声を出し、体を張って、ボールに関わり続けることができる。

指導者としての姿

ここまで指導者が選手に対して、サッカーについて身に付けさせるもの《ゴールを目指し、逞しく（球際に強く）チャレンジし続ける選手～1対1の攻守にタフな選手へ～》、サッカーを通して学ぶべきもの《リスペクト〈礼節を尊ぶ姿・奉仕する姿〉、ハードワーク〈努力する姿・諦めない姿〉が体現できる人》を如何に習得させるか、その導き方（指導法）について確認をしました。

しかしながら、最も重要なことは指導者が伝える言葉ではなく、指導者が選手に関わる姿となります。プレーをする時には逞しく（球際に強く）チャレンジし続ける姿、言動についてはリスペクト〈礼節を尊ぶ姿・奉仕する姿〉、ハードワーク〈努力する姿・諦めない姿〉が体現されている姿で選手と関わることが大切になります。選手は指導者の鏡です。選手の姿は指導者自身の姿です。

指導者がテクニカルであることは魅力的ではあります。しかし、指導者として求められることは、指導者がサッカーを通しての「人づくり」を目指し、情熱と自信を持って選手に関わることです。

サッカーを通して子供が大人となり、大人が紳士となることを願います。

リスペクトー暴力・暴言の根絶ー