



DREAM

JFA 日本サッカー協会 技術委員会

U-12 指導指針 2010



の中では、多少の失敗もあるでしょう。しかし「転ばぬ先の杖」で保護者が全てお膳立てしてしまうことは決して良いことではありません。子ども達は失敗の中から知恵を獲得し、自らの力で解決策を見つけ出せる自立した人間に成長していくのです。時には指導者と保護者が子どもが自らの判断で行動することをゆっくりと遠くから見守ることが大切なこともあるのです。クラブへの協力や子ども達への世話もクラブの指導者と十分に連絡をとり、クラブの指導の方針に合った「子ども達の自立へのサポート」を心がけてください。

みんなが大切なサッカーの仲間です

タイムアップの笛で試合が終わり、選手同士が握手を交わし選手とレフェリーが握手を交わして、お互いの健闘を讃え合う、こんなシーンを見て爽やかな感動を感じた経験がある方は多いのではないのでしょうか。それが国際試合やプロの試合だけではなく、大学生、高校生、中学生や子ども達の試合でもサッカーのレベルには関係なく、このような光景を見ると何か得をしたような気分にもなるものです。勝利を目指して全力で闘った対戦相手の選手もレフェリーもみんなサッカーの「仲間」です。スポーツには「敵」はいません。勝敗に関わらず、私達指導者や保護者自らが、全力を出して共に闘ってくれた相手チームの選手と試合を成立させてくれた「レフェリー」に敬意を払い、拍手を送るべきではないのでしょうか。相手チームのナイスプレーやフェアプレーにも大きな拍手をお願いします。そんな指導者や保護者を見たときに、子ども達は誇りに思ってくれるでしょう。

保護者の方々の心から子ども達を応援する気持ちが、子ども達が自立してたくましく成長することにつながってほしいとの思いから、日本サッカー協会ではハンドブック「めざせ!ベストサポーター」を作成しました。ぜひ、指導者の方もご一読いただき、日々の活動にお役立てください。

●『めざせ!ベストサポーター』

サッカーは子どもを大人にし、大人を紳士にする

- 「自立の第一歩」 子どもなりに、自分で必要だと思うことを自分でやるのが大事
- 「クラブへの協力」 子どものサポートであることを忘れずに

スポーツ・サッカー大好きっ子に育てよう

- 「ゆっくり見守りましょう」 子ども達はサッカーが楽しく大好きです。
- 「サッカーと学校や生活のバランス」 さまざまな仲間とのさまざまな経験が幅を広げます。
- 「トライ&エラー」 勝ち負け以外に大切なことがあります。

みんな大切なサッカーの仲間です

- 「クラブの考えを聞いてみて」 信頼関係があれば解決できることがたくさんあります。
- 「みんな大切な仲間」 サッカーに「敵」はいません。
- 「サッカーを知っているお父さんへ」 余裕をもってやさしい気持ちで見守ってください。
- 「レフェリーの判定を尊重しましょう」 子どものときにこそフェアプレーを伝えたい。
- 「フェアプレーにはグリーンカード」 JFA では U-12 以下の試合でグリーンカードの使用を推奨しています。
- 「〇〇の子ども」 その子はその子自身です。



『めざせ!ベストサポーター』送付のご依頼は、財団法人日本サッカー協会 技術部 03-3830-1810 まで。(冊子は無料、送料はご本人負担) または www.jfa.or.jp/training/otona/index.html より全文無料で、ダウンロード (PDF ファイル) もできます。

● 応援について

試合や練習を見に行ってください

もし時間があるなら、子どもと楽しみの時間を共有して下さい。
子どももそれを望んでいるはずです。

選手達の「判断」を尊重しましょう

自分で「判断」をし、プレーすることが、サッカーで最も楽しく、そして重要なことです。
外からの声で彼らの「判断」に圧力をかけないようにしましょう。

レフェリーの判定を批判しないようにしましょう

たとえミスジャッジがあったとしても、それも含めて「サッカー」というスポーツなのです。
子ども達がフェアプレーの精神を学ぶ妨げにならないようにしましょう。

試合では、全ての子どもを応援してあげましょう

自分の子どもだけにしないよう、チーム、そしてゲームのサポーターになって下さい。

試合では、相手の良いプレーにも拍手してあげましょう

相手チームは、「敵」ではなく、「サッカーを愛する仲間」です。
相手チームの良いプレーに対しても拍手してあげてください。

試合が楽しかったか、エキサイティングであったか、聞いてあげましょう

サッカーを楽しむことが何よりも大切です。
結果にこだわった聞き方をしていると、勝敗に対するプレッシャーを与えてしまい子ども達の心は離れていきがちです。

勝敗で、子ども達にプレッシャーをかけないようにしましょう

コーチ達は、目の勝利よりも、一人ひとりの選手達を将来に向けて大きく育てようと指導しています。
親が勝敗にこだわってしまうと、そのしわ寄せが子ども達にくることになってしまいます。



● 子どもへの接し方 — on the pitch & off the pitchの両面で「クリエイティブでたくましい選手の育成」を目指して

「子ども達」を on the pitch & off the pitch の両面で「自立」させていくために「大人」つまり、指導者、保護者で共通認識を持ち、以下のよう
な接し方をし、子どもの成長を支援していきましょう。

| | 指導者 | 保護者 |
|----------------------|---|---|
| 判断 | <p>教えずぎないようにしましょう。</p> <p>選手の自主性・判断を尊重したコーチングに心がけましょう。</p> <p>答えをすぐ示すのではなく、いろいろな場面で選手に考えさせましょう。</p> <p>→相手がいる中で、判断が必要な状況下で、ボールを扱うスキルを身につけさせましょう。</p> <p>判断するためにいろいろな場面で「観る」ことを習慣化していきましょう。</p> | <p>いろいろな場面で、口出ししすぎないようにしましょう。</p> <p>「子ども達の判断を尊重し、アドバイスしていく。」というスタンスで接しましょう。</p> <p>子ども達自身が、「自分がやらないといけない。」と感じ、考えられるように・・・</p> <p>答えを先に出して、「これはダメ！」ではなく、失敗した時に何が良くなかったのかを修正していきましょう。(答えを教えるだけでは、学習していきません。)</p> |
| 自己責任 | <p>学習ができるかできないか。(学力が高いか低いか)ではなく、「学習することの大切さ 必要性を認識させ努力させましょう。</p> <p>学習することは、これからの人間形成、進路を切り開いていくためにも必要です。プロを目指すにしてもサッカーだけやっておけばOKという安易な世界ではありません。</p> | <p>学習することの大切さ 必要性を認識させ努力させましょう。</p> <p>学習することは、これからの人間形成、進路を切り開いていくためにも必要です。プロを目指すにしてもサッカーだけやっておけばOKという安易な世界ではありません。</p> |
| 学習 時間 マナー | <p>集合時間などスケジュールを子ども達に明示し、子ども達自身が主体的に行動できるようにしていきましょう。</p> <p>練習グラウンド、試合会場などの使い方、ごみの処理についても責任をもって行動させましょう。</p> | <p>就寝、起床、登下校など「時間を守ること」についての意識を高めていきましょう。</p> <p>移動などの公共交通機関の利用についてのマナーについても考えて行動させましょう。</p> <p>練習や試合などに必要な用具、持ち物などの準備は、自分でやらせましょう。</p> <p>・・・忘れ物は、自分の責任です。</p> <p>食事(栄養)の大切さを考え、バランスのとれた食事を準備しましょう。</p> |
| 自己管理 | <p>チームで練習や試合に必要な用具や水分補給などの準備、後片付けは、可能な限り子ども達に分担し、自分達でできるように習慣化させましょう。</p> <p>食事(栄養)の大切さを機会ある毎に指導していきましょう。</p> | <p>チームで練習や試合に必要な用具や水分補給などの準備、後片付けは、可能な限り子ども達に分担し、自分達でできるように習慣化させましょう。</p> <p>食事(栄養)の大切さを機会ある毎に指導していきましょう。</p> |
| 生活習慣 食事 睡眠休養 | <p>好き嫌いなく食事することが、基本です。</p> <p>規則正しい生活に心がけ、睡眠、休養を充分摂るように指導していきましょう(寝る子は、育つ！)。</p> | <p>好き嫌いなく食事することが、基本です。</p> <p>規則正しい生活に心がけ、睡眠、休養を充分摂るように指導していきましょう(寝る子は、育つ！)。</p> |
| 意志表示 | <p>コーチの方から、握手 & 挨拶で積極的に子ども達とコミュニケーションをとり、習慣化させましょう。</p> <p>もちろん、子ども達同士、保護者の方、他のチームの指導者の方とも同様に・・・</p> <p>子ども達が考えていることを表現できるコミュニケーションスキルを身につけさせましょう。</p> <p>子ども達に自分の考えを表現させる場をたくさん設定していきましょう。</p> <p>・・・子ども達が積極的になれる支持的風土を作っていくことも大切です。</p> <p>友だち・仲間と協力していくことの大切さを伝えていきましょう。</p> | <p>子ども会など地域の行事に積極的に参加し、いろいろな方とのコミュニケーションをとる機会をたくさんつくりましょう。また、リーダーとして、下級生と関わることも大切です。</p> <p>なるべく、練習や試合を観にいき、子どもと楽しみの時間を共有しましょう。</p> <p>子ども達が、いろいろなことが相談できる関係を保っていきましょう。</p> <p>保護者間、指導者とのコミュニケーションも密にし、クラブでの仕事は、コーチと相談し、「やり過ぎないように」子ども達の自立をサポートしていきましょう。</p> |
| コミュニケーション | <p>子ども達が前向きに取り組めるよう「ほめること、励ますこと」を中心に声かけをしていきましょう。</p> <p>子ども達は、いろいろなことにチャレンジし、失敗しながら、成長していきます。(なかなか、すぐにはうまくいかないものです。)</p> <p>「トライ & エラー」を認めてあげることができる「待つ」余裕を持ちましょう。</p> | <p>子ども会など地域の行事に積極的に参加し、いろいろな方とのコミュニケーションをとる機会をたくさんつくりましょう。また、リーダーとして、下級生と関わることも大切です。</p> <p>なるべく、練習や試合を観にいき、子どもと楽しみの時間を共有しましょう。</p> <p>子ども達が、いろいろなことが相談できる関係を保っていきましょう。</p> <p>保護者間、指導者とのコミュニケーションも密にし、クラブでの仕事は、コーチと相談し、「やり過ぎないように」子ども達の自立をサポートしていきましょう。</p> |
| 取り組みの姿勢 | <p>子ども達が前向きに取り組めるよう「ほめること、励ますこと」を中心に声かけをしていきましょう。</p> <p>子ども達は、いろいろなことにチャレンジし、失敗しながら、成長していきます。(なかなか、すぐにはうまくいかないものです。)</p> <p>「トライ & エラー」を認めてあげることができる「待つ」余裕を持ちましょう。</p> | <p>子ども会など地域の行事に積極的に参加し、いろいろな方とのコミュニケーションをとる機会をたくさんつくりましょう。また、リーダーとして、下級生と関わることも大切です。</p> <p>なるべく、練習や試合を観にいき、子どもと楽しみの時間を共有しましょう。</p> <p>子ども達が、いろいろなことが相談できる関係を保っていきましょう。</p> <p>保護者間、指導者とのコミュニケーションも密にし、クラブでの仕事は、コーチと相談し、「やり過ぎないように」子ども達の自立をサポートしていきましょう。</p> |
| 上手にできた時には、ほめてあげましょう。 | <p>上手にできた時には、ほめてあげましょう。</p> | <p>上手にできた時には、ほめてあげましょう。</p> |
| その他 | <p>主客転倒ベンチになっていませんか？ (子どもは地面、コーチは、ベンチシート！)</p> <p>主役は、子ども達です。Players First!</p> <p>ベンチやグラウンドでガムを噛んだり、タバコを吸ったりしていませんか？</p> <p>グッドスタンダードに心がけましょう！</p> | <p>「練習に行きたくない。クラブを辞めたい。」など「壁」に当たった時・・・</p> <p>子どもに「あなたがサッカーをやりたいと始めたことだから・・・」などとリスクを負わせるとパンクしてしまいます。逆に親の意思でサッカーを始め、過度な期待が重荷になっている場合もあります。「理由」を聞いてあげましょう。そして、もう一度、続けていくことを励ましてあげましょう。決して強制はいけません、安易に楽な方へ行かないで「我慢させる。がんばらせる。」ことも大切です。しかし、理由によっては、コーチと相談し、しばらく休ませ気分転換し、リフレッシュさせることも必要です。子どもとしっかり向かい合ひましょう。</p> |