

神戸市初級指導者講習会

神戸市サッカー協会技術委員会

2021年度

1

内容(目次)

- P04 ガイダンス
- P11 神戸市少年サッカーの組織と歴史
- P35 サッカーとは
- P43 発育発達と一貫指導
- P52 コーチング
- P64 U-12年代の指導
- P77 振り返り(整理)

2021年度

2

KFA技術委員会インストラクター

技術委員長 日向 寛峰(女子 神戸FC)

指導者養成部長 梅崎 高行(4種 神戸コスモFC、女子)

指導者養成副部長 赤尾 成幸(4種 霞ヶ丘学園SC)

インストラクター

鈴木 義章(2種 神戸高塚高校)、谷 知典(2種 科学技術高校)、
松崎 大輔(3種 灘中学校)、徳久 誠禎(4種)、間瀬 真里央(4種
ヨーケンFC)、桂 豊(女子)、松垣 浩二(女子)

2021年度

3

ガイダンス

神戸市サッカー協会技術委員会

2021年度

4

タイムスケジュール

- 09:00-09:30 受付(講義室)
- 09:30-12:00 ガイダンス、講義(講義室)
- 12:00-13:00 昼食+ディスカッション(講義室)
- 13:00-16:00 実技(グラウンド)
- 16:00-17:00 講義、アンケート、
閉校式(研修室)

2021年度

5

初級コースの目的

- これから指導を始める方を対象に、基本的なサッカーとコーチングの知識を学ぶ。
- JFA(日本サッカー協会)の講習内容を踏まえつつ、KFA(神戸市サッカー協会)独自のカリキュラムで学ぶ。
- 学びの成果を集め、私たちの手で、サッカー王国神戸の復活を目指していく。

2021年度

6

サッカー王国神戸の復活とは

サッカーは1800年代後半に日本に伝わりました。港町・神戸は、こうした歴史の初期から登場し、創成期をリードした都市の一つです。指導者養成にも、JFAと同時期(1970年代)から着手したとする記録が残っています(参照 KFAホームページ)

- 手段として
- サッカーの基本の徹底と継続
 - KFAコーチングスクールの継続
 - 各年代都市対抗大会の優勝

2021年度

7

サッカーの楽しさは奥が深く、 奥が深いから長く楽しめる

- 皆さんにお伝えしたいこと
 - 「もっとサッカーがしたい！」という子どもたちの気持ちを育んでいただきたい。
 - 指導者であるあなた自身に、サッカーを楽しんでいただきたい。

2021年度

8

実技内容

- 実技180分
 - 動きづくり、コーディネーション
 - テクニック
 - 個人戦術(観て、判断する能力)
 - U-6~:自分とボール
 - U-8~:自分とボールと一人の味方
 - U-10~:自分、ボール、味方、ゴール、相手、スペース

2021年度

9

この講習会での合い言葉

- 指導者しか
選手を変えることができない
- “Players First”
(つねに立ち返るべき精神として)

2021年度

10

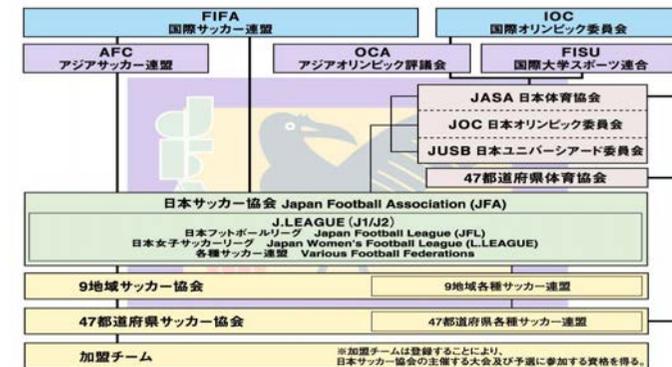
神戸市少年サッカーの組織と歴史

神戸市サッカー協会技術委員会

2021年度

11

日本のサッカーの組織



2021年度

12

日本サッカーの夢
- JFA2005年宣言 -

DREAM

夢があるから強くなる



私たちのミッションステートメントであり、
あらゆる取り組み、施策を方向づけるもの。

日本サッカーの夢
- JFA2005年宣言 -

2050年の約束

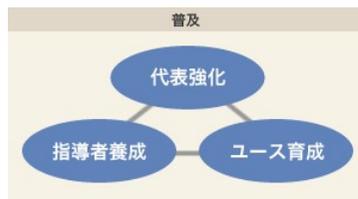
2050年までに、
すべての人々と喜びと分かちあうために、
ふたつの目標を達成する。

1. サッカーを愛する仲間＝サッカーファミリーが
1000万人になる。
2. FIFAワールドカップを日本で開催し、
日本代表チームがその大会で
優勝チームとなる。



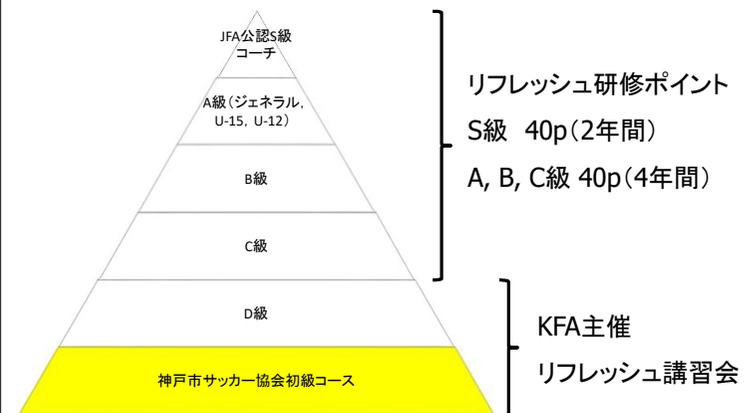
選手育成のコンセプト

- 三位一体＋普及（グラスルーツ）



－世界をスタンダードに、トップ10入りを目指して

JFA指導者資格の構造 期間と内容に差



<p>▶キッズリーダー</p> <p>10歳以下の選手・子供たちに愛むる指導者・保護者で体を動かすことの楽しさを伝える指導者の養成</p>	<p>▶D級コーチ</p> <p>グラスルーツで活動する指導者の養成(C級コーチ養成講習会の内容を2日間[合計9.5時間]に凝縮)</p>	<p>▶C級コーチ</p> <p>基礎I(指導者の入門)若めて指導者として現場に立つ、または立ち上げようとする指導者の養成</p>	<p>▶B級コーチ</p> <p>必要資格: C級コーチ</p> <p>基礎II(指導者の入門)若めて指導者としての基礎的基礎的知識からさらしレベルアップを図ろうとする指導者の養成</p>	<p>▶A級コーチ ジェネラル</p> <p>必要資格: B級コーチ</p> <p>サッカーの全体像を理解しチーム戦への働きかけができる指導者</p> <p>▶A級コーチ U-15/U-12</p> <p>必要資格: B級コーチ</p> <p>年代別指導のスペシャリストの養成</p>	<p>▶S級コーチ</p> <p>必要資格: A級コーチジェネラル</p> <p>競技から育成全般を理解し、プロ選手を指導できる指導者の養成</p>
<p>ゴールキーパー</p> <p>▶C級コーチ</p> <p>必要資格: C級コーチ以上</p> <p>主にジュニア年代(12歳以下)のGKを指導できる指導者の養成</p>					
<p>ゴールキーパー</p> <p>▶B級コーチ</p> <p>必要資格: B級コーチ以上 及び GK C級コーチ</p> <p>主にユース年代(18歳以下)のGKを指導できる指導者の養成</p>					
<p>ゴールキーパー</p> <p>▶A級コーチ</p> <p>必要資格: B級コーチ以上 及び GK B級コーチ</p>					
<p>フットサル</p> <p>▶C級コーチ</p> <p>必要資格: C級コーチ</p> <p>フットサルの基礎を理解し、初心者レベルの選手を指導できる指導者の養成</p>		<p>フットサル</p> <p>▶B級コーチ</p> <p>必要資格: フットサルC級コーチ</p> <p>エリートレベルの選手や競技志向チームを指導できる指導者の養成</p>		<p>フットサル</p> <p>▶A級コーチ</p> <p>必要資格: フットサルB級コーチ</p> <p>各チーム状況に合わせて指導が出来る人材及び地域・都道府県の指導者のリーダーとなる人材の養成</p>	

2021年度 17

HFA 2009年の約束

ちからをひとつに

1. JFAとの連携
2. 指導者養成事業強化
3. グラスルーツの強化
4. 女子の強化
5. 13FA技術委員長会議の重要視



HFA技術委員長
昌子 力氏



神戸市の少年サッカーの歴史

- 当時のチームは「六甲少年蹴球団(林幸男氏指導)」のみ。
- S39年「兵庫サッカー友の会」設立。目標は少年サッカーの普及、サッカー専用競技場の設立、市民クラブチームの設立、サッカー王国兵庫・神戸の再建など。
- S40年「神戸少年サッカースクール」開校。兵庫県少年サッカー大会(友の会主催)開催により、市内チームが増加。
- S41年神戸市スポーツ少年団13団誕生(福住女子含む)。
- S42年初の女子同士の試合(福住女子少年団VS.神戸女学院)。
- S44年スポーツ少年団サッカーリーグ誕生。
- S52年神戸市少年サッカーリーグと名称変更(JFA登録制度変更による)。
- R3年度4月時点、4種登録63団241(女子16)チーム、選手2,740(女子178)人。

神戸市の少年サッカーの組織(1)

主催:4種委員会

- 少年リーグ
- 全日本少年サッカー大会神戸市予選
- ライオンズ杯
- 神戸市トレセン
- 審判
- 指導者養成

2021年度

21

神戸市の少年サッカーの組織(2)

・ 神戸市少年リーグ

- ◆ 誰もが楽しくサッカーがプレーできるように
 - ◆ リーグ戦(非ノックアウト、前期・後期制)
 - ◆ 1~4部制、地区別制
 - ◆ 8人制サッカー
 - ◆ 少年少女アシスタントレフェリー制度

2021年度

22

参考 8人制サッカー(概要)

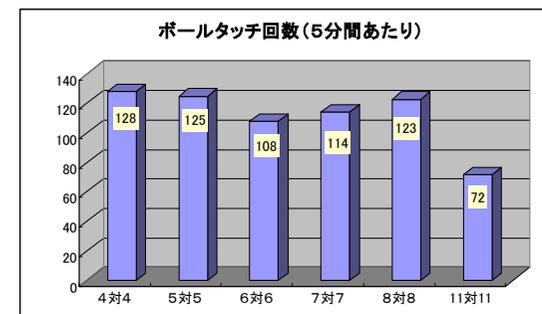
- ・ ピッチの大きさは横50m×縦68m
- ・ GKを含めて8人
- ・ 主審は大人、副審は子ども
- ・ ベンチに入れる指導者は3人まで
- ・ ベンチ入りした選手全員が出場できるよう配慮

2021年度

23

参考 8人制サッカーの特徴(1)

- ・ 選手一人ひとりのボールに関わる機会が増える
 - 1対1の場数が数多く作られる

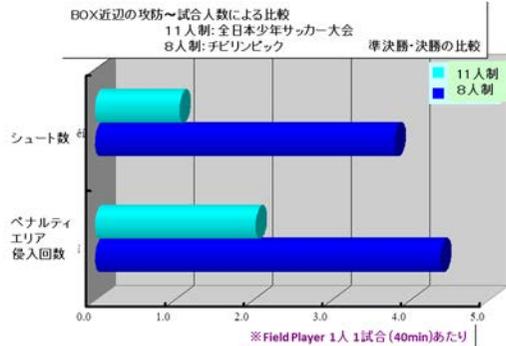


2021年度

24

参考 8人制サッカーの特徴(2)

- ゴール前の攻防が多くなる
 - サッカーの本質を追及しやすくなる



2021年度

25

参考 8人制サッカーの指導

必然的に求められる

- 判断、より確かな技術
- スペースの適切な使い方

コーチの後押しによってさらに伸ばす

- 様々なポジション
- 1対1の積極的なトライ

2021年度

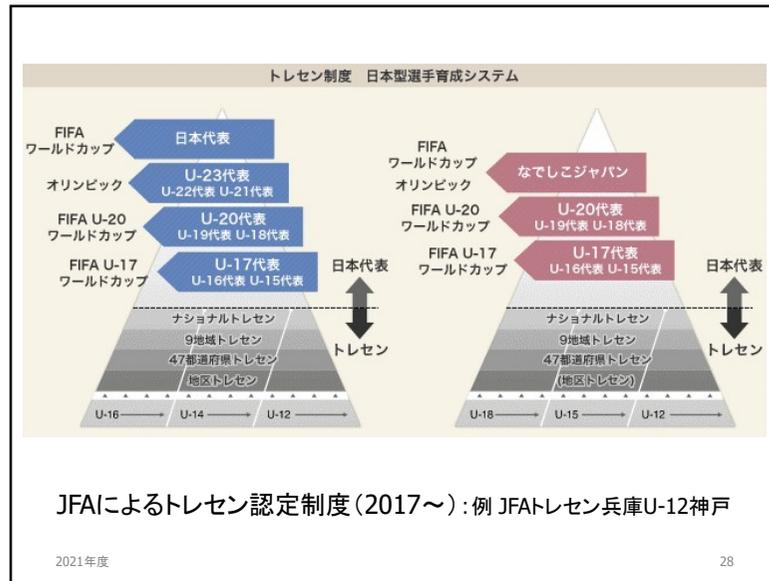
26

神戸市の少年サッカーの組織(3)

- トレセン活動(男・女子4～6年)
- ◆ JFATレセン認定制度を受けて
 - ◆ 毎年4～6月に選考会を実施
 - ◆ 競技レベルの向上
 - ◆ 日本代表の輩出

2021年度

27



2021年度

28

KFA指導者養成の歴史

- ・ S49年～ 少年サッカー指導者スクール21名でスタート、他にもJFAリーダー養成、県リーダー養成等々の開催
- ・ S57年～ 初級・中級コースの開校
- ・ H5年～H9年 上級コースの開設
- ・ H10年～ 公認D級(旧少年少女)の開校、中・上級コースの廃止
- ・ H16年～ 初級コースのカリキュラム改訂 1日コース
- ・ S49年～R2年 受講者は、のべ4,002名

2021年度

29

初級コース受講者：4,002名（～R2）

- ・ H16年261名、17年113名、18年度65名、19年71名、20年59名、21年80名、22年110名、23年156名、24年119名、25年108名、26年88名、27年80名、28年75名、29年83名、30年91名、R1年52名、R2年65名
- ・ R2年リフレッシュ講習会参加48名4開催（H29年229名/11回）
- ・ R3年度神戸市少年リーグ指導者登録数 1,236名
 - 初級以上のライセンス保持者 881名、71.3%

2021年度

30

神戸市少年サッカーリーグ規約

- ・ ベンチ入り指導者のうち1名は必ず初級コース指導者講習会修了者またはJFA公認指導者ライセンス保持者であること
 - 2022年度からはKFA主催4種公式戦すべてに適用の運び
 - 県大会等の指導者のベンチ入りには県規定参照

2021年度

31

（ご案内）KFAコーチングスクール

- ・ 初級・D級指導者の方を対象とした講習会
- ・ 4種向けメニューのご紹介
- ・ 毎月第2金曜日19:00～21:00@磯上公園
- ・ ボールを蹴る機会に、
仲間づくりの機会に



2021年度

32

4種委員会よりお願い (少年リーグプログラムより)

- 神戸市リーグはみんなのもの
 - 選手、指導者、審判、保護者、etc
- ルールを守る
 - プログラム、試合日程、etc
- 試合会場
 - 第1試合のチームと審判団が協力してグラウンド準備
 - 次の試合のために消えかけたラインを引き直す
 - ベンチと応援席の分離(できるだけ)
 - 駐車場はグッドマナーで、駐車証は必ず掲示
 - 公共のグラウンド内・学校内はすべて禁煙
 - ごみは持ち帰る(お互いに気持ちよく利用しましょう)

2021年度

33

参考:協会登録と種別

所属チームからJFAへの登録を申請

- 1種:年齢制限なし
- 2種:18歳以下
- 3種:15歳以下
- 4種:12歳以下
- 女子(12歳以下は4種登録)
- シニア:40歳以上



2021年度

34

サッカーとは

神戸市サッカー協会技術委員会

2021年度

35

世界でもっとも盛んなスポーツは？

- もちろんサッカー！
- なぜ？
 - ルールが簡単
 - 勝敗が分かりやすい
 - 楽しい！



2021年度

36

サッカーとはどんなスポーツ？ (1)

サッカーの特性

競争、勝利、ルール、自由、決断、連続性(攻守)、必要な技術、チームスポーツ(協働)、などなど



サッカーとはどんなスポーツ？ (2)

- 目的=ゴールを奪う／
ボールを奪う・ゴールを守る

→自立した、**クリエイティブ**な(状況を解決する方法を自ら見出せる)選手を育てたい

ルール



- 競技規則(ルールブック)
- 「子どもを大人にし、大人を紳士(淑女)にする」
(デッドマール・クラマー氏)
- 判定に異議を唱えられるのは主将だけ？
- **誰も言えません!** 主審の判断が尊重されます

自由 決断 連続性 必要な技術

- ベンチの指示が徹底しにくい
- ハーフタイムはあるがタイムアウトはない
- 得点を重ねる種目ではない
- 偶然が結果に影響を及ぼす
- 「ゴールを奪うこと」と「ゴールを守ること」
のみ成功、他はすべて失敗

チームスポーツ(協働)

- 連続した状況の中で、選手達が協働し、自ら判断して、解決し続ける



サッカーとは

- 自分で考え、判断し、実行しなければならない → だから、楽しい
 - 指導者は選手の楽しさを奪ってはいけない
- 一人ですべてを解決することはできない → だから、仲間との協働が必要になる

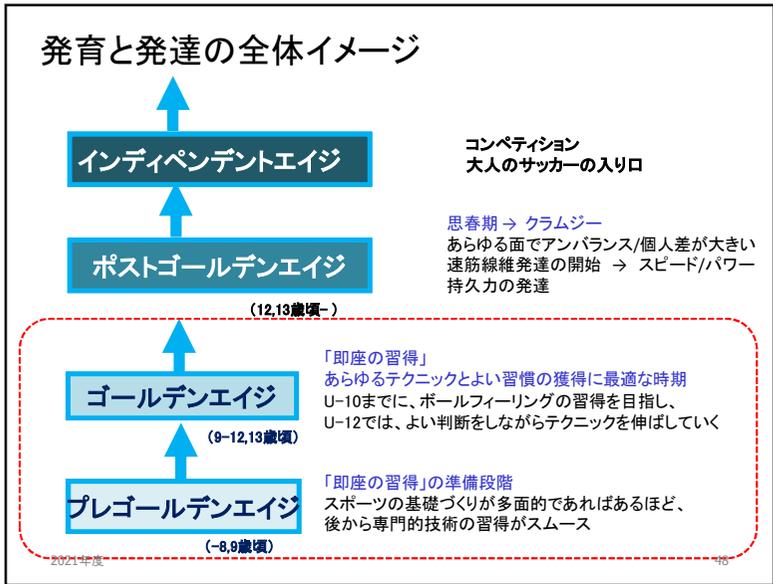
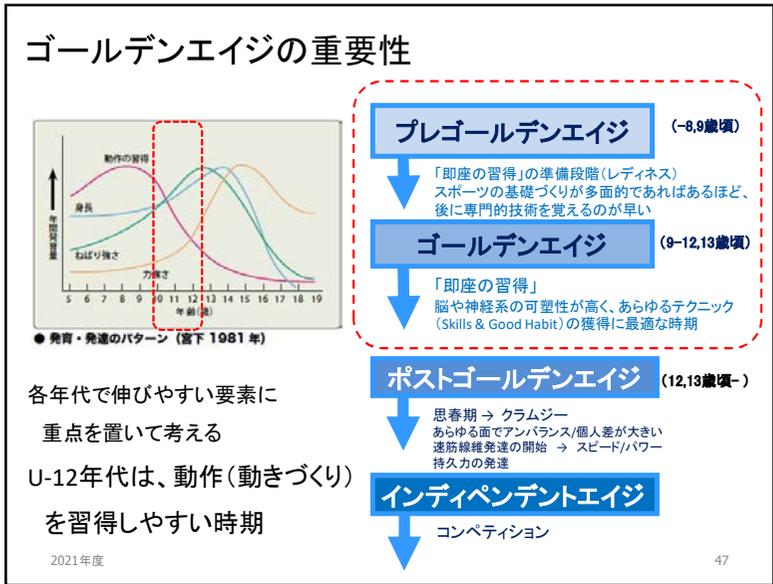
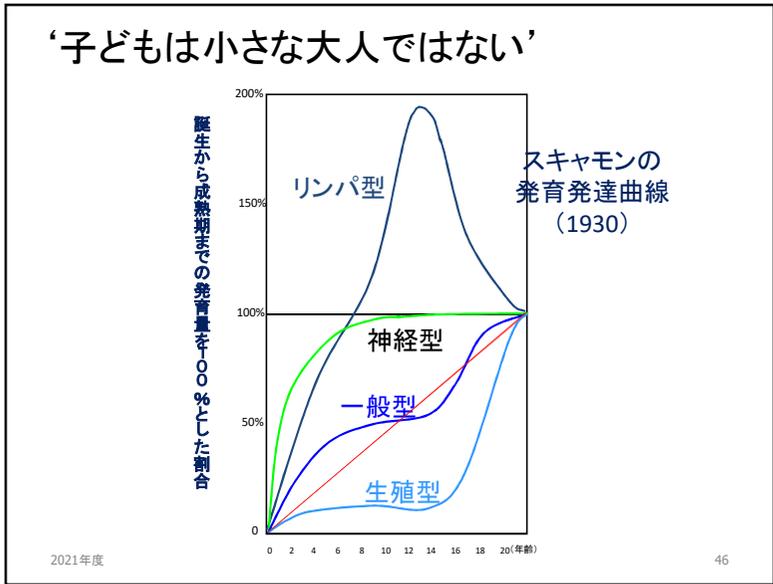
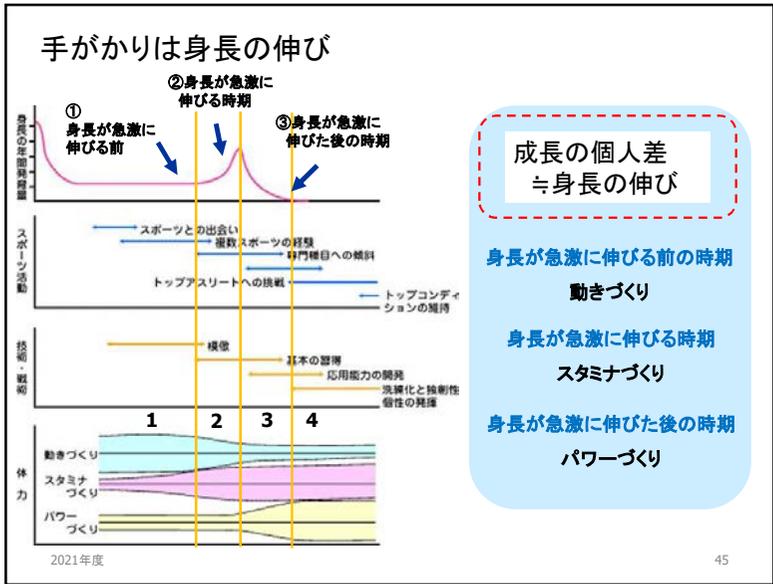
発育発達と一貫指導

神戸市サッカー協会技術委員会

発育発達の理解 : 「個」の育成に向けて

- 個人差がある
 - 配慮が必要
- 発達の特徴に基づいて考えていく





女子選手の特徴

【身体的】

月経:個人差が大 → 体調・コンディション
・鉄欠乏

発育発達のスパート期が男子より2歳ほど早い

【心理的】

仲間意識が強い → チームワーク

依存心が強い → 強固な信頼関係

感受性が高い → 率直な感情表現

考え方

「女子」ということをあまり意識する必要はない



公平なコミュニケーションが重要＝男子と一緒に



サッカーを「うまくなりたい」という気持ちは同じ。

発育発達を踏まえて為すべき指導も同じ。

U-12年代では、(工夫により)男子とともに。

一貫指導の重要性:指導者のリレーによって

自立期においていかに大きく成長するかを
第一の目的とする

人間の器官/機能の発
達速度は一律ではない

目先の勝負に目を奪われて
将来の大きな成長の可能性
を阻害してはならない

ある課題に対して
吸収しやすい時期と
しにくい時期がある

成長期にある
子どもの指導
-長期的視野に立った育成-

最も吸収しやすい時期
にその課題を与えていく

後の発達の妨げにな
るものを取り除く

コーチング

神戸市サッカー協会技術委員会

目的

1. 楽しさを伝える
2. 個を伸ばす

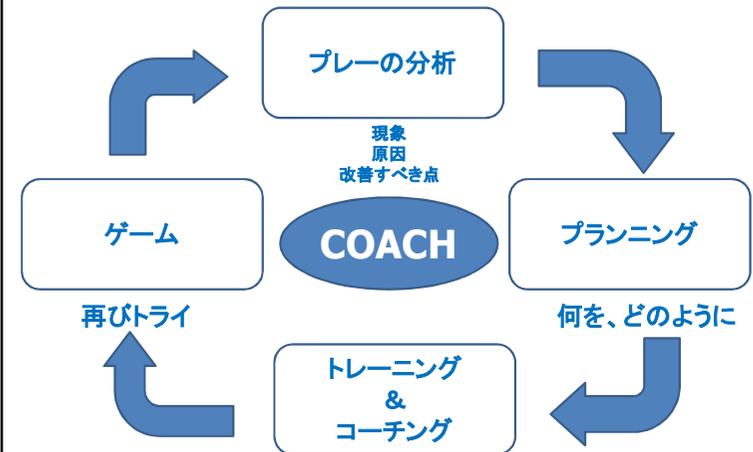
• 方法

- まず体験(サッカーをプレー)
 - 次いで言葉(褒める)、やって見せる

2021年度

53

コーチの役割



2021年度

このサイクルを繰り返していく

54

目先の勝利にだけ、 こだわっていませんか？

- ただの蹴り合いになっていませんか
- 身体能力の高い選手に頼っていませんか
- 選手の判断を奪っていませんか



- よいトレーニングとは、
どんなトレーニングでしょうか？

2021年度

55

Players First !

子どもを第一に考え、指導者自らが
グッドスタンダードとなる

- では、グッドスタンダードとは？
- また、Players Firstの環境とは？

2021年度

56

参考資料1 コーチの語源

- 馬車, ハンガリーの町名, 英語
- 「大切な人をその人が望む目的地まで快適に送り届ける」
 - 目的地や経路はすべて大切な人が決める
- 選手を送り届ける
 - 判断に必要な材料(経験や情報)は適切に提供する

2021年度

57

参考資料2 最適なトレーニング

1. サッカーのゲームに近い
2. 反復が多い
3. 発展・修正ができる

2021年度

58

参考資料3 コーチングの概要

- U-12年代の優先事項
 - 判断を伴ったテクニックの獲得
 - テクニックの向上に喜びが感じられる指導
- トレーニングの考え方
 - ゲーム(マッチ)→ドリル(トレーニング)→ゲーム(マッチ)
 - 分析→テーマの設定→指導計画の作成→オーガナイズ
- コーチングのバランス
 - プレー(Do)の中で改善を!
 - ゲームフリーズ、シンクロ、ミーティング

2021年度

59

参考資料4 ドリルの特徴

- ゲームだけでは獲得できないテクニックを効果的に習得
- ドリル(反復)により正確性の追求が可能(習慣化に最適)
- ただし工夫を(退屈になりがち)
 - ゲームの中で生きるテクニックの獲得を目指す

2021年度

60

参考資料5 個を伸ばす



大きく育てるために、いま、なすべきこと

- 最も良いエクササイズは、正確な目的とゲームに近いリアリティーが含まれており、自分自身で作り出したものである。トレーニングすること、それは身体を賢くすることである。

(クロード・デュソー)

参考資料6 全日本少年サッカー大会における大人向け啓発キャンペーン

子どもエリア表示

子どもエリア
ここは誰にも近づかないで!

子どもの大会に関わる大人向けハンドブック

子どもエリアに入る前に!

お持ちですか? 子ども達からの招待状

Smile Day
では、どうぞお入りください。一緒に楽しみましょう!

子どもが主眼、彼が、ベストプレイヤー!

参考資料7 オシムの言葉

- 大切なのは今日の結果ではなく、明日子どもがどんなプレーをするか楽しみにすること。
- 勝つことと育てることは、矛盾すると同時に矛盾しない。その矛盾の間でコーチは生活している。



U-12年代の指導

神戸市サッカー協会技術委員会

育成コンセプト

- 大切なのは、**完成期にいかにより大きく成長させられるか**。時間をかけて成長していく子どもたちに、多くの指導者が関わる
- 自分に与えられた期間だけではなく、最終的な勝利を目標にする
- 各年代はそれぞれが、かけがえのない一部分



多くの指導者によるリレー

それぞれの年代でそれぞれの役割を果たして送り出す

日本のサッカー全体の課題

- 1対1の攻防にタフであること
- ボールを失わずに前進すること
- ボックス付近での攻防, とりわけ決定力
- ゲーム感(チャンスやピンチを感じる力)
- 勝利への(勝者の)メンタリティー / Good Loser
- サッカーの本質や本来の目的
(ゴールを奪う, ゴールを守る)に立ち返る!

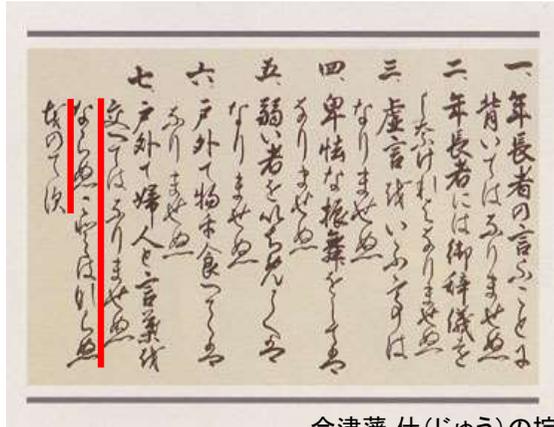
コミュニケーション

- ミスを恐れず**積極的にトライ**できる雰囲気をつくる
- U-12年代までの**家庭での習慣づけ**が大きく影響
 - 大きな声で、元氣よく挨拶する(かたちではなく心から)
 - 自分の思ったことを表現できる
 - 喜怒哀楽を出せる、ミスを恐れない
 - 積極的に人と関わることができる
 - 負けず嫌い、何事にも自分から積極的に関わる姿勢

望ましい指導者とは(1)

- **褒めましょう!**
 - できるだけ具体的に
 - △ ナイスシュート!
 - ○ よくGKを見ていたぞ!
 - ○ いいタイミングで打てたぞ!

Cf. ならぬことはならぬものです



2021年度

会津藩 什(じゅう)の掟

69

望ましい指導者とは(2)

- 選手のやる気と自立心を育てましょう
- フェアプレーやマナーを身につけましょう
- 選手に明確な目標を示しましょう
- サッカーとの出会い、継続、仲間づくりをサポートをしましょう

2021年度

70

望ましい指導者とは(3)

- 一貫指導の理念と方法を理解し、各年代で最適な指導を行いましょ
- 最適な環境を提供しましょ
- 学び続け、目の前の選手に適した働きかけを行いましょ
- 周囲から尊敬・信頼が得られるよう努めましょ

2021年度

71

サッカーの指導現場における

暴力根絶

に向けて

誰もが安心・安全で心からサッカーを楽しむために
Q あなたが体罰を行うことで失うものは何でしょう？

2021年度

72

窓口の設置

- ご相談ください: JFA→HFA→KFA
- 暴力は未だに止みません
 - 子どもの人権を守るために



参考 子どものための7ヶ条

1. 子どものサッカーは、遊びであり、しかも楽しくなければなりません。
2. 子どものサッカーで最も大切なことは、友だちと一緒にプレーすることです。
3. すべての子どもに同じ時間練習に参加させてあげてください。誰もが先発メンバーになれるように練習は平等に行います。
4. 試合でも練習でも子どもたちに勝ちと負けの両方を学ばせてください。いつも勝っては進歩はありません。
5. チーム内で練習を積み重ねて、他チームと試合で成果を試します。
6. 子どものサッカーには、バラエティーに富んだ活動が大切です。自発的に、また多くのスポーツを経験させることが大切です。
7. 子どもにとっての楽しいサッカーを、一緒に作って行きましょう。またゲームがしたいと思えるような運営を心掛けましょう。

参考 親のための10ヶ条

1. 試合や練習を見に行きましょう。
2. 試合ではすべての子どもを応援しましょう。
3. 調子の悪いときも勇気づけましょう。批判してはいけません。
4. コーチの判断に圧力を掛けないようにしましょう。
5. レフェリーの判定は批判しません。レフェリーは指導者です。
6. 子どもが参加することを刺激し、勇気づけましょう。
7. 試合結果を聞くだけでなく、どうであったかを聞きましょう。
8. サッカーにふさわしい節度ある用具を準備してあげてください。
9. チームの仕事を理解して協力してください。コーチはすべてボランティアです。
10. サッカーをするのはあなたの子供です。あなたではありません。

ディスカッションテーマ

- 昼食をとりながら、次のテーマについてグループの意見をまとめてください。振り返りで共有しましょう

1. よいトレーニングとは、
どんなトレーニングでしょうか？
2. あなたの課題は何ですか？

振り返り(整理)

1. アンケートのお願い
2. 実技の振り返り
3. ディスカッション発表、質疑応答
4. クロージング



ご静聴ありがとうございました

- 明日からのご活躍を期待しています。
- 共に学び、共に考え、一緒に
神戸のサッカーを盛り上げていきましょう。

