



YFA育成年代U10-U18 選手ガイドライン

望まれる選手、 求められる人への成長

指導者は、今世界が望む選手(選手像)の育成と選手が好きなサッカーパーを通じ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指導に努めます。

のために、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、「見守る人」として選手の自立性を培う指導を行います。また、選手が健全な社会性を培う為に「叱る」べき時を見逃さない指導を行います。

選手は「望まれる選手」に必要な技術、戦術、体力を直向きに着実に身に付けてください。そして、サッカーを楽しむ為の「準備」を学び(してもらう)、少しずつ自ら「準備」を整える(自立)場面を増やし、他者の為にも「準備」を整える(してあげる)ことができる、「求められる人」への成長に努めてください。

はじめに「YFA選手育成指針」について紹介し、V0.1では「選手像」、V0.2では「人づくり」について選手の関わり方を確認します。



YFA選手育成指針 2019-

目指せ強豪県復活！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

Badな関わり方

・局面の出来ばえに一喜一憂してしまう姿

- ①仲間のミスにうなだれたり、声を出しプレーを停止
「抜かれるなよ、失うなよ、バカか、どこ見てるんだetc.」
- ②自身のミスにうなだれプレーを停止
⇒ボールを失う、キックミス、コントロールミスetc.を失点のように捉える

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がある。

・球際で逞しくプレーできない姿

- 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、オフサイド！ etc.」
⇒発信した選手、戸惑ったり共鳴する仲間にによるプレーの停止

Goodな関わり方

・プレーを連続(関わり続ける)する姿、推奨する姿

→自身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。

→仲間がアクシデントを起こした時、プレーを止めることなく関わり続けることを推奨できる。

⇒「次は」の声かけ、「ナイス、グッドetc.」の賛辞

・球際で逞しくプレーする姿

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。

・審判へのクレームボイスは厳禁とし、

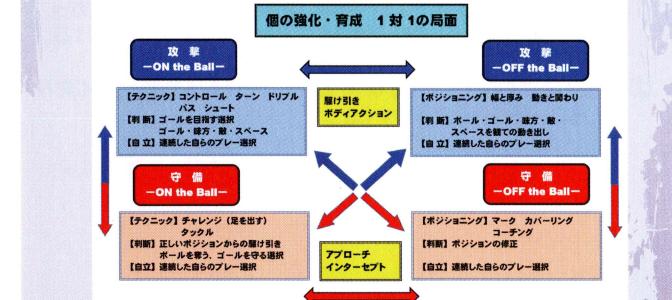
速やかにジャッジに則したプレー準備をする姿
→リスタートやアウトボールプレーにおいて「スキを突き、突かせない」ことができる。



1対1の攻守にタフな選手

1対1の局面に則した判断を身に付け、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

Badな関わり方

・指導者、仲間、保護者の指示に頼るプレーが多い姿
「～しておけ」「～するな」などに従ったプレーをする

Goodな関わり方

・自身が判断したプレーの中から、得意なスキルを磨き上げる姿

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
コーナーブラウジング→声が大きい、絶え間ない、戦術的
運動量→闘争意欲の走力、質の高い動き(オフ・サ・ホール)



リスペクト(礼節を尊ぶ姿・奉仕する姿)

が体現できる人へ

「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の為に判断や行動ができるようになること」です。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ができます。

よって、選手は自己の義務(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)が体現できる人となり、将来、多くの仲間と共に豊かな人生を歩むことが成長の証となります。

1) 自己の義務(やるべき事)を果たすことができる人へ

①育成年代U10-U18の生活の場は学校です。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です。

→学業、学校行事、クラス活動(清掃・HR)にしっかりと取り組む。

⇒学力(成績)は人間力のパロメーター(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ってしまう。

⇒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とする。

⇒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する。

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

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グの目的とする姿

Goodな関わり方

・指導者の説明からトレーニングの目的、オーガナイズ、キーフォクターを聞き取り(注意深く耳を傾け、動作をイメージする)、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

礼節とは「礼儀」と「節度」のことです。「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す。「節度」とは状況に相応した度合いのことです。

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す。

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

①挨拶や返事をハキハキとすることができます。

・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

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

「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)」にあります。

よって、選手は目標達成という「結果」を追求しながら、「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)が体現できる人でなくてはなりません。

そのためには、試合結果やプレー結果に囚われることなく、ハードワーク(努力する姿・諦めない姿)の体現を選手自身が振り返り、改善、向上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出来ないことが出来るようになるまで粘り強く取り組むことができる。
- 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。



選手として目指す姿

ここまで選手としてサッカーについて身に付けるべきもの【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～】、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】を如何にして習得すべきか、その学び方にについて確認をしました。そして、最も重要なことは選手自身が目指すところの姿です。

育成年代には各世代ごとに卓越した技術、戦術を有する「上手い選手」が出現します。しかし、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】を身に付けることができず、「求められる人」への成長を果たせないまま、人と関わることができない選手として輝きを曇らせ、豊とは言えない人生を送る場合が少なくありません。

サッカーを通して学ぶべきものを身に付け、「求められる人」への成長を果たすことができる「良い選手」を目指し、多くの仲間と共に豊かな人生を歩むことを願います。

リスペクト・暴力・暴言の根絶－

誰もが安心・安全に心からサッカー、スポーツを楽しむために



お互いに、ありがとう!

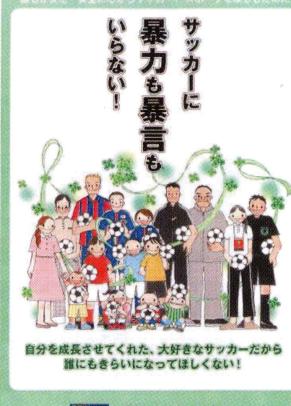
サッカーは楽しいもの。自分や周りで出来ることの多いものなのに、楽しく、安全な環境がほしいです。『ありがとう』と一緒に、サッカーフットボールを楽しむための運動規範を定めました。サッカーフットボールをより安全で、楽しいものになります。子どもたちも一緒に、一緒に楽しんでください。

サッカーフットボールをより安全で、楽しいものになります。サッカーフットボールをより安全で、楽しいものになります。子どもたちも一緒に、一緒に楽しんでください。

サッカーフットボールをより安全で、楽しいものになります。サッカーフットボールをより安全で、楽しいものになります。子どもたちも一緒に、一緒に楽しんでください。

サッカーフットボールをより安全で、楽しいものになります。サッカーフットボールをより安全で、楽しいものになります。子どもたちも一緒に、一緒に楽しんでください。

サッカーフットボールをより安全で、楽しいものになります。サッカーフットボールをより安全で、楽しいものになります。子どもたちも一緒に、一緒に楽しんでください。



自分を成長させてくれた、大好きなサッカーだから誰にもきらいにならへばならない!

公益財団法人 日本サッカー協会

漢字の読み方

果たす(はたす) 将来(しょうらい) 共に(ともに) 豊か(ゆたか)
 勉める(つとめる) 児童期(じどうき) 思春期(ししゅんき) 自立性(じりつせい)
 培う(つちかう) 健全(けんぜん) 為に(ために) 叱る(しかる)
 見逃す(みのがす) 技術(ぎじゅつ) 戰術(せんじゅつ) 直向き(ひたむき)
 着実(ちやくじつ) 自ら(みずから) 他者(たしゃ) 指針(ししん)
 紹介(しょうかい) 開闢(かわくわく) 確認(かくにん) 強豪(きょうごう)
 復活(ふっかつ) 一貫(いつかん) 球際(たまぎわ) 攻守(こうしゅ)
 魅力(みりょく) 創出(そうしゆつ) 幅広い(はばひろい) 世代(せだい)
 提供(ていきょう) 種別間(しゅべつかん) 繫ぐ(つなぐ) 礼節(れいせつ)
 尊ぶ(とうぶ) 謹めない(あきらめない) 体現(たいげん)
 局面(きょくめん) 一喜一憂(いきいちらゆう) 停止(ていし) 奪う(うばう)
 過程(かてい) 必然現象(ひつぜんげんじょう) 逞しい(たくましい)
 お尻(おしり) 競り合い(せりあい) 気合(きあい) 勇氣(ゆうき)
 重要不可欠(じゅうようふかけつ) 逆(ぎやく) 笛(ふえ) 吹く(ふく)
 戸惑う(とまどる) 共鳴(きょうめい) 推奨(すいしょう) 速やか(すみやか)
 貢献(さんじ) 見据える(みすえる) 体を張る(からだをはる) 嚥禁(げんきん)
 則則する(そくする) 突く(つく) 下す(くだす) 磨く(みがく)

駆け引き(かけひき) 幅(はば) 厚み(あつみ) 選択(せんたく) 観る(みる)
 修正(しゅうせい) 賴る(たよる) 得意(とくい) 俊敏性(しゅんびんせい)
 精度(せいど) 豊富(ほうふう) 細かい(こまかい) 握さ振る(ゆさぶる)
 絶え間ない(たえまない) 走力(そりやく) 奉仕(ほうし) 自己(じこ)
 義務(ぎむ) 気遣い(きづかい) 成し遂げる(なしつげる) 証(あかし)
 清掃(せいそう) 目安(めやす) 繼続(けいぞく) 言い訳(いいわけ)
 無頓着(むとんちやく) 権利(けんり) 面倒(めんどう) 片付け(かたつけ)
 後追い(あとおい) 聽く(きく) 傾ける(かたむける) 礼儀(れいぎ)
 節度(せつど) 秩序(ちじょ) 維持(いじ) 様式(ようしき) 相当(そうとう)
 度合い(どあい) 挨拶(あいさつ) 返事(へんじ) 明確(めいかく)
 快く(こころよく) 聽く(きく) 意図(いと) 映像(えいぞう) 転換(てんかん)
 感謝(かんしゃ) 敬意(けいひい) 周り(まわり) 不愉快(ふゆかい)
 抑止(よくし) 報酬(ほうしゅう) 見返り(みかえり) 労働(ろうどう)
 私心(ししん) 尽くす(つくす) 一肌脱ぐ(ひとはだぬぐ) 思考(しこう)
 繼続(けいぞく) 追求(ついきゅう) 過程(かてい) 囚われる(とらわれる)
 改善(かいぜん) 粘る(ねばる) 如何に(いかに) 卓越(たくえつ)
 上手い(うまい) 出現(しゅつけん) 輝き(かがやき) 曇る(ぐもる)
 暴力(ぼうりょく) 暴言(ぼうげん) 根絶(こんぜつ)