

# 2023



# 南市川JFCハンドブック

**Minami Ichikawa**

**JFC**

Chiba

# サッカーの指導について

県サッカー協会第四種第1ブロック委員長  
市川市サッカー協会四種副委員長  
南市川JFCゼネラルマネージャー  
西村明之

## 1 サッカー指導の考え方

サッカーというスポーツは、子ども達の人気スポーツの一つとなり、Jリーグを始めとして、日本を代表するスポーツとなっています。

しかし、子ども達のサッカーの試合を見ていると、プレーが途切れるごとにグラウンドに大声が響き、子ども達はボールではなく、その声の主に視線が向く。コーチはベンチから指示を出し、指示通りに進まなければ怒鳴り声をあげ、「シュートを打て」「なぜパスを出さないんだ」「早くボールを出せ」と子ども達を叱る声が響いている。保護者も応援席から大声で激を飛ばす。そんな環境でプレーをしている子ども達の顔は、決してサッカーを楽しんでいるように見えません。好きで始めたサッカーなのに一生懸命やればやるほど子ども達は疲弊し、周囲の大人達は余裕をなくし、目の前の結果にこだわってしまう。子ども達から笑顔を奪ってしまっているのは紛れもなく周囲の大人がつくる環境に原因があると思います。

子ども達がこれから生きる時代は、「予測困難な時代」と言われています。新たな課題に出合ったとき、自ら考え行動し課題を解決する力が必要になり、生き抜く力が求められます。本クラブの理念である「サッカーを教科書とした人間形成を目指す」は、「サッカーを通して未来を生き抜く力を育てる」と言い換えることができます。

子ども一人ひとりには、限りない可能性があります。サッカーを通して、自分の良さに気づかせ、自信を持たせ、チャレンジできる子に育てたいと考えています。

そのためのサッカーを通して育成すべき力として①「考える力」②「チャレンジする力」③「コミュニケーション力」④「リーダーシップ」⑤「リスペクト」が挙げられます。

トレーニングや試合、そして、集団の生活を通して、この5つの力を育て、サッカーが好きな子を育てていきたいと考えます。

南市川JFCの目指す児童像

サッカーを教科書とした人間形成を目指す。

自律し他をリスペクトできる人間



自分自身に克つ子

～具体的な姿～

- ① 自分に責任を持てる子 ・自分のことは自分でする子 ・努力をして自分を高める子
- ② 思いやりのある子 ・友達を大切ににする子 ・素直な子 ・我慢できる子
- ③ 正しい習慣が身についている子 ・挨拶、返事、物を大切ににする ・ルール、時間を守る
- ④ サッカー選手として何をすべきかを考える子 ・失敗をおそれずチャレンジする子

と設定し、JFCが学校、地域と協力して、よりよい人間を育てることを目的にしていきたいと思  
います。

しかしながら、現実には子どもたちの取り巻く環境がととのっているわけではありません。例え  
ば、友達関係、学習の問題、学校・家庭での問題など一人一人が抱えている問題は様々な形である  
と思います。

そこで、「子どもたちを育てるサッカーをどのようにしたらよいか」を考えていかなければなりま  
せん。JFCは次のように考えて指導していきます。

- ① サッカーというスポーツは、自分で判断をすることが大切です。ですから、自分のことは自分  
でできるように指導します。しかし、どうしても自分でできないことは助けてもらう。また、  
誰かが助けてほしいと思っているときは助けてあげる。サッカーで言えば「サポート」になりま  
す。サッカーだけでなく、人間としてもサポートできる子になってほしいと思います。
- ② スポーツには必ず「勝敗」があります。やるからには勝ちたいと思うのが人間として自然なこと  
だと思います。サッカーでも勝つことを目標にします。しかし、勝つためにどんな努力をした  
のかも大切にします。スポーツをはじめたばかりの子どもたちに勝つことだけが全てでないこ  
と、もっと自分を高め、さらにレベルの高いことにチャレンジする選手になってほしいと思  
います。
- ③ 日常生活の中で、サッカーが上手になることと関係のあることは、たくさんあります。例えば  
学校のそうじで考えてみてください。誰が見ていなくても、しっかりとそうじができる子はサ  
ッカーの練習も一生懸命取り組みます。教室での学習がきちんとできる子は、サッカーでも集  
中して練習することができます。友達に対し、思いやりのある子はサッカーでもよいパスやよ  
いサポートができます。進んで仕事を引き受ける子は、自信を持ってプレイすることができます。  
我々は、サッカーのプロを養成するわけではありません。将来、人間としての大切な基礎  
作りをしてあげなければなりません。普段の生活とサッカーのプレーにはつながりがあります。
- ④ 小学校年代のサッカーで大切なことはそれぞれの良さを認め、それが自信となりチャレンジで  
きることです。長年、指導をして思うこととして、活躍する選手はどんなに苦しい状況でもベ  
ストを尽くすことができます。サッカーが上手な選手は世の中にたくさんいます。しかし、本  
当に苦しい時、本当にチャンスの際に自分のプレーができる選手は少ないものです。だから、  
人間形成と基本である個人技術、戦術をじっくりと時間をかけてトレーニングしていくべきだ  
と考えます。
- ⑤ 教えることと、気づかせることを区別して指導します。例えば、友達が失敗したことを責めたり、  
審判を批判したりすることはしてはいけません。失敗をした子はたいてい自分がい

けないと思っているはずで。それが、わかっていたら責めることはしてはいけないことを指導します。また、失敗したことを他人のせいにしてしまうことも指導する必要があります。そして、わがままもそうです。「自分はよいプレーをしたけどチームは負けてしまった。」という子がいます。本当によいプレーを続けられていればチームは負けないはずで。自分だけが満足するということは「わがまま」だと思います。

逆に教えないで気づかせることがとても重要です。ドリブルをするのか。パスをするのか。シュートを打つのか。など自分がチャレンジしてみないと身につかないこともあります。ですから、責任と自信をもってチャレンジすることを大切にします。

- ⑥ サッカーは思い通りのプレーをすることが難しいスポーツです。つまり、失敗が多いということです。そこで、失敗ばかり注意していたら子どもはチャレンジしないでしょ。

失敗を重ねないためにはどうしたらよいかを適切に指導すればよいことを我々は考えなければなりませんと思います。成功したらきちんと認めてあげる姿勢をもち指導したいと思います。また、試合に出ている一人一人の子どものプレーに責任を持って努力するように指導します。自分がかんばったということだけでなく、結果や努力を認めてもらえる選手になるようにしていきたいと思います。

- ⑦ 現代のサッカーの指導では、年代に応じたトレーニングが求められています。少年の時期には、週2～3日、1日あたり、1時間半～2時間が理想とされています。JFCでは次のように考えています。

ア 各年代、週2～4日間の練習を考えています。

イ 4,5,6年生は平日夜間練習を行います。4年は、週2回 5,6年は週3回の予定ですが他の習い事もありますが、少なくとも1回以上は平日練習に参加できるように調整するようお願いいたします。特に大会等が近い場合には、金曜日の練習に差何できるようご協力ください。

※ まだまだ、伝えきれないことがたくさんありますが子どもにとってできるだけ、よい環境・よい指導を目指し、指導にあたっていきたくて考えています。南市川 JFC の活動を十分理解していただいて保護者の皆様には協力をお願いしたいと思います。

本クラブからJリーグ・JFL等で活躍した又はしている選手

財前 宣之 2012年1月現役引退	南新浜小出身
関口 直人 2020年12月現役引退	
真瀬 拓海	
羽田 憲司 2012年3月現役引退	塩焼小出身
小川 巧 2013年11月現役引退	
橋本 真人 2022年3月現役引退	
菅野 哲也	
濱田 宙 2017年11月現役引退	
泉澤 仁	幸小出身
福田 航太 2022年3月現役引退	

## 子どものための五か条

### 第一条 試合中に大きな声で指示を出していませんか？

- \* 一流のサッカー選手は、誰かの指示で動いているのではありません。自分のプレーを、自分で考え、自分で決定しているのです。

### 第二条 練習や試合の合間に、子どもたちにアドバイスを与えていますか？

- \* 試合の合間に「もっとドリブルしろ！」とお父さんから言われた子が、その5分前に監督から「もっと早めにパスをしよう。」と言われていたら…。お父さんの善意が子どもを苦しめているかもしれません。

南市川JFCは、サッカーを通して、「かしこい子」を育てたいと考えています。

### 第三条 子どもの世話をやきすぎていませんか？

- \* 練習や試合の合間に、お子さんにこんなことを言っていますか？  
「ちゃんと汗を拭きなさい。」「寒いからジャージ着なさい。」「まだ飲み物ある？」「さっき転んだところ痛くない？」「お弁当、足りる？」「ほら、集合だってよ！」「もっと集中しなさい！」「何かお母さんにしてほしいこと、ある？」・・・・・・・・子「じゃあ、すみませんけど向こうに行って下さい！」 つい世話をやいてしまう、声をかけてしまうという方は、練習や試合のときに50m以上子どもたちから離れることをお勧めします。

南市川JFCは、サッカーを通して、「たくましい子」を育てたいと考えています。

### 第四条 「自分の子と親しい子」にだけ注目していませんか？

- \* おそらくあなたのお子さんも、「自分だけ」幸せになればいいと思っているし、「自分と親しい友だちだけ」しか大切にしていないでしょう。お子さんを誰とでもうまく付き合えるような「幸せな子」にしたいのなら、あなたがチームのすべての子の名前を覚え、声をかけてください。

南市川JFCは、サッカーを通して、「仲間意識」を育てたいと考えています。

### 第五条 「もっとがんばれ！」と言い過ぎていませんか？

- \* 「もっとがんばれるはずだ。もっともっとがんばって結果を出せ！」……。もしもあなたが、あなたの上司にいつもこんなことを言われ続けたらやる気が出ますか？「試合には少ししか出られなかったけど、今日のお前は頑張ってたなあ。」と親に言われている子の方がいざというときに力を発揮するものなのです。

南市川JFCは、子どもをりっぱに育ててくれる素敵なサポーターを必要としています。

# 南市川 JFC 保護者の会規約

令和5年 4月

第1条 (名称) この会は、幸小・塩焼小・南新浜小サッカー部からクラブとなり、南市川 JFC と名称を変更した保護者の会である。Jr スクール・女子は、別途規約とする。  
(以下南市川 JFC は JFC とする。)

第2条 (目的) この会は、JFC の児童の健全な心身の育成と人間形成を目的とする。

第3条 (構成) この会は6年生までの4つの年齢別カテゴリーに分かれて活動し、その保護者で構成する。

キッズ (幼児～3年生) U-10 (4年) U-11 (5年) U-12 (6年) と指導の連携を強化するために4つのカテゴリーとする。キッズ年代(幼児～3年)は、3つの小学校に Jr スクールとして運営するが、組織は独立して運営する。また、女子のスクールも実施する。(幼児に関しては相談)

第4条 (組織) 次の役員(保護者)をおく。

役員/学年	4年	5年	6年
代表	1名		
学年代表	1名	1名	1名
会計	1～2名	1～2名	1～2名
会計監査	1名		

第5条 JFCは、学校と協力とした社会体育とし、非営利団体として活動する。

第6条 (役員選出及び任期)

役員は、総会で決定し、任期は1年とする。但し、再任は妨げない。

総会は、年度に1度開催し、役員決定や会計報告、その他の重要事項を決定する。また、代表の判断や保護者等の要望により、臨時保護者会の必要のあるときは代表がこれを招集する。

代表は会を代行し、会の運営に責任を持つ。

副代表は代表を補佐し、場合によっては代表を代行する。また、Jrの会計監査を兼ねる。

会計は、会費を徴収し、会費の収入及び支出の事務を行う。また、スポーツ傷害保険の手続きと事務を行う。

会計監査は年1回の会計監査を行い、定例の総会で報告する。また、調整会議の補佐をする。

第7条 役員会は、代表 副代表 会計 会計監査 指導者代表で組織する。

第8条 JFCに加入するには、保護者、指導者の承諾を得て、本規約を厳守できるものはすべて認める。

第9条 (会費) 会費については次の通りとする。

4年生	1か月3000円	集金方法は、各学年で決める。	スポーツ傷害保険は前年度、3月に800円を収める。
5年生	1か月3500円		
6年生	1か月3500円		

小学生は、市の個人登録費 県の個人登録費を別に収める。

会費については、特に事情のあるものについては会費の一部、あるいは全額を免除することができる。

仮入部・休部 会費は徴収しない。

#### 第10条 (会費の使途)

この会の運営は、会費、補助金、寄付金等によって行い、消耗品以外の支出は原則として役員会の承認を受けるものとする。

会費の中から指導費用を予算化し、指導者に対して相当額を支払うものとする。

指導費については、指導者と認め継続的に指導にあたれると判断した場合に相当額を支払うものとする。これについては、役員会で決定する。

事務局を設置し、事務局を運営するために相当額を支払うものとする。これについては、役員会で決定する。

区別	種別	金額
A	高校生以下	時給 500 円程度
B	学生	時給 700 円～1000 円程度
C	専門コーチ	月額 4 万円程度
D	社会人	昼食および交通費・謝礼
事務局		月額 1 万～3 万程度

- 第11条
- ① 車等の引率の場合、運転者に一律の交通費を支払うものとする。その交通費は、原則として同乗した選手が負担する。
  - ② JFC の児童が練習又は試合中に不可抗力による負傷等の場合、スポーツ傷害保険の補償範囲とし、指導者及び役員、引率者に責任を負わさない。
  - ③ JFC の児童が車で移動中の事故で負傷等の場合は、スポーツ傷害保険の範囲以内において補償を受けるものとし、運転者の賠償責任は一切ないものとする。

第12条 JFCの選手は練習に関して理由のない限りできるだけ練習に参加しなければならない。また、練習を休む場合には、指導者に必ず連絡をしなければならない。

第13条 指導者は代表の依頼したものが指導し、指導者は常に研修しなければならない。

第14条 本会の加入手続きは所定の方法によるものとする。

#### 附則

- 1 この規約は、総会で承認された時から効力を有するものとする。
- 2 本規約の改正においては、総会の出席者の過半数をもとに決まるものとする。

## 南市川JFC 入会届

南市川JFCに入会にします（ 新規 ・ 継続 どちらかに○）

※ジュニアからの入会（新4年）は、新規となります。

ふりがな 児童名	4年・5年・6年	小学校
生年月日（西暦）	年	月 日 生まれ
保護者名	印	住所 市川市
電話番号	緊急連絡先	（続柄 ）
健康状態	その他	

登録費

学年	スポーツ傷害保険	市登録費用	県登録費用	合計
4年生	800円	1000円		1800円
5年生	800円	1000円	1700円	3500円
6年生				

※4年生は県個人登録しません。

その他（健康面・お願いについて）