



公益財団法人日本サッカー協会

〒113-8311 東京都文京区サッカー通り JFAハウス  
TEL.03-3830-2004 (代表)

**JFA.jp** <http://www.jfa.jp/>

# グラスルーツ フェスティバル

ガイドライン

— FIFA グラスルーツ形式のフェスティバルの準備と実践 —



公益財団法人日本サッカー協会



For GAMES

ゲーム

常に全力でゴールをめざす。  
勝利をめざす。  
それがサッカーという  
僕が大好きなゲームに対する  
リスペクト。



For REFEREES

レフェリー

子どもたちひとりひとりりっぱな選手。  
しっかり目を見て握手する。  
いいゲームをしようね。

For PLAYERS

選手

サッカーには敵はいない。  
対戦相手は敵じゃない。  
自分たちの力をためし、  
サッカーを楽しむための大切な仲間。  
試合のはじめに相手の目を見て  
しっかりと握手する。  
リスペクトの証として。

リスペクト

大好きなサッカーを  
もっと楽しむために、  
互いを「大切に思うこと」。  
「フェアで強い」  
日本サッカーを目指して。

日本サッカー協会、Jリーグは、  
リスペクト・プロジェクトを  
推進しています。



For COACHES

コーチ

子どもたちに会う前には、  
いつも自分を振り返る。  
子どもたちは大切な相手。  
ちゃんとしていないはずかしい。  
スマイルOK!



For SUPPORTERS

サポーター

コーチはコーチに任せる。  
レフェリーはレフェリーに任せる。  
プレーは子どもたちに任せる。  
私たちは応援し、見守る。

グラスルーツ  
フェスティバル

ガイドライン



02

はじめに

04

キッズの取り組み3本柱

06

フェスティバルの  
ブラッシュアップに向けて

08

フェスティバルの考え方

10

FIFA グラスルーツ  
フェスティバルの提示

テクニックの構成要素  
メニューの考案、コーチングのポイント  
ゲームの考え方

18

準備に関して

01 フェスティバルの内容 02 フェスティバルの  
環境関連 03 セレモニー 04 実施にあたって  
05 留意事項 06 オプション

24

グラスルーツトーナメント

26

10のトピック

28

おわりに

大切に思うこと

— RESPECT PROJECT —

JFA公式Webサイト  
<http://www.jfa.jp/>  
公益財団法人日本サッカー協会  
〒113-8311 東京都文京区サッカー通り(本郷3-10-15)JFAハウス  
TEL.03-3830-2004 FAX.03-3830-2005

Jリーグ公式Webサイト  
<http://www.j-league.or.jp/>  
公益社団法人日本プロサッカーリーグ  
〒113-8311 東京都文京区サッカー通り(本郷3-10-15)JFAハウス9階  
TEL.03-3830-2006 FAX.03-3830-2007

● 本紙掲載のレポート、写真、図表などの無断転載を禁じます。  
● 発行日：2016年1月

## はじめに

2002年に日本と韓国でFIFAワールドカップが開催されました。この時、子どもから大人まで、もともとサッカーにそれほどサッカーに興味がなかった人達までもが、世界のトップレベルのすばらしいサッカーに出会い、魅了されました。この関心、熱狂、情熱を失うことなく、なんとしても今後の発展につなげていきたい。大きな大会をお祭りのように開催して、その後には何も残らない、この熱を逃し失ってしまてはいけません。こういった今後の発展に向けての夢、そして危機感から、さまざまな取り組みを開始しました。

世界のサッカー界では、「レガシー」という言葉があります。ワールドカップ等の大きな大会を契機に、後に残る発展の財産を残そうというものです。私達日本サッカーにとって、ワールドカップ開催は、まさにたくさんの「レガシー」を残してくれました。キッズの取り組みは、まさにそのさまざまな取り組みの中の大きな一つです。

2003年より、当時の川淵三郎会長（キャプテン）によるキャプテンズミッションの一つとして、キッズの取り組みを開始しました。子どもの外遊びが減り、さまざまな面でところやからだへの刺激が低下する傾向にあることを懸念し、体を動かして遊ぶことが大好きな元気な子ども達を育てるべく、良い環境の提供を第一の目的として、全国での取り組みを開始しました。U-12は以前より大変盛んに取り組

まれていましたが、その下の年代へのガイドラインがありませんでした。この成長・変化が著しい年代に、それぞれの段階に適した動きづくり、そしてサッカーへの導入を行って来ました。フェスティバル、巡回指導、指導者（キッズリーダー）養成を主要な柱として取り組んできました。

全国での積極的な取り組みを開始し10余年を経て、大きな広がりができました。47FAでの取り組み、Jクラブの取り組み、協賛社との大イベント等にて、子ども達がサッカーに出会う機会が大変充実してきました。現在、毎年約8万3,000人の子ども達が、フェスティバルに参加し、47FAでの巡回指導は、2014年度の実績で幼稚園・保育園、小学校を合わせて約1万3,500回実施され、延べ44万5,000人の子ども達と触れ合ってきたことで、外遊びが好きな元気な子ども達が増えました。そして、U-6あるいは小学校入学とともに低年齢からサッカーに触れる機会、取り組む子どもが増えました。また、たくさんの子どもばかりでなく、たくさんの大人にもサッカーに触れてもらう機会となりました。キッズ年代の土台は明らかに大きくなりました。キッズプログラムの初期の頃にU-6だった子ども達が、2015年の今、18歳を迎えています。低年齢でのサッカーとの出会い、運動経験、サッカー経験が豊かになったことが、今後さらに大きな変化となって表れてくることが期待されます。これからが非常に楽しみです。

多くの指導者、運営の皆さんの関わり、ご尽力に感謝します。今後に向けて、キッズの土台をさらに大きくしっかりとしたものにするために、子ども達にたくさんの良い機会を提供していくために、たくさんの笑顔を楽しみに、今後共、ご協力をよろしくお願ひします。

# ガラスルーツ フェスティバル

ガイドライン



キッズプログラムとして主に「フェスティバル」「巡回指導」「キッズリーダー養成」を3つの柱として取り組んできました。

巡回指導

幼稚園や保育園、小学校等の場に、こちらから巡回して、サッカーを楽しむ時間を提供するものです。その幼稚園や保育園、小学校に所属する子ども達に、プログラムを提供する機会です。自治体等を通した呼びかけに対し、賛同していただいているところに提供しています。保育士の皆さんや先生方が、サッカーの経験や知識があまりなく活動をなかなか自信を持って提供できないという場合に、サッカーの指導を得意とする私達が、プログラムを提供するものです。フェスティバルとは異なり、この活動を取り入れていただいた幼稚園、保育園、小学校等の機関に所属する子ども達にプログラムを提供する機会です。その中には、個人的にはそれまであまりサッカーに関心がなかった子どもも含まれるかもしれません。そこでの経験が楽しければ、サッカーに関心を持ってもらうきっかけとなりえます。

フェスティバル

サッカーを楽しむ場をサッカー協会等で企画し、何らかの形で告知・募集をし、その情報を得て行ってみようと思った子ども達が集まってくる、規模の大きいイベントです。主に、日頃からサッカーをやりたいと思っている子ども達に、サッカーと出会う機会を提供する場となります。たくさんの子供達に、サッカーへのすばらしい出会いを提供できる、貴重な機会です。さまざまな開催の仕方があり、すでにサッカーをやっているチームを集めてたくさんゲームをする場合もありますが、基本的には、より多くの子ども達に、サッカーとの出会いを提供するための場として有効に活用し続けたいものです。サッカーに関わるさまざまなアトラクション、ゲーム、その他さまざまな内容で構成することができます。

指導者 (キッズリーダー) 養成

子ども達が外遊び、サッカーを楽しむためには、周りの大人の関わりが必要です。多くの大人達に、子ども達のことを少し勉強していただき、積極的に関わっていただくための講習です。受講資格の設定を16歳以上からとしており、高校生、大学生にも、勉強をしてキッズリーダーとして子ども達に関わってもらっています。現在、全国で毎年5,000人以上のリーダーを養成しています。JFAとしては、毎年、全国でキッズリーダーを養成していただくための、キッズリーダーインストラクターを養成しており、たくさんのインストラクターに活躍していただいています。インストラクターの数が多くなったため、2009年より47都道府県にキッズリーダーチーフインストラクターを配置し、各都道府県でのリーダー養成の組織化と充実、キッズ年代の指導の向上に努めています。

その他の取り組み

● キッズエリートプログラム

2003年より開始したキッズプログラムが、より多くの子ども達にサッカーとの出会いの機会を提供することを主目的としています。その活動を積み重ねたくさん子ども達がサッカーに取り組むようになる中で、その中でもサッカーに対する高いモチベーションを持ってサッカーに取り組み、力を発揮する子ども達に対し、さらなるプログラムの提供を検討する必要性を感じ、キッズエリートプログラムを開始しました。このプログラムを実施する上で、低年齢の子ども達に向けた指導の質を向上させようとして取り組んでいます。これはあくまで、キッズプログラムの展開により、たくさん子ども達に機会を提供することを基盤とし、その先にあるものです。また、サッカーの育成の面から見ても、各年代での育成をつきつめるほど、その前段階での準備の質が重要という見解が出ています。U-12年代を充実させるためにも、その前での良い経験が重要です。特に、ボールフィーリング、コーディネーション、そして自由なサッカーのゲームをたくさん経験することが、キッズ年代で大切であると考えています。質の高い指導者が目の前の子を観察し、その子に必要な刺激、工夫を引き出す指導を目的としています。成長による変化の著しいキッズ年代に関し、各年代を特異な年代ととらえることが必要です。そのため、それぞれの年代にふさわしい指導の追求と研修を行っています。



● 小学校体育サポート

小学校では、長きにわたり、授業でサッカーが行われてきており、これはサッカーの普及の面で大変ありがたいことです。一方で、小学校の体育は専科ではなく担任の先生が担当することが一般的で、サッカーやスポーツの経験の乏しい先生方には少し難しいという声が聞かれます。先生方の忙しい日常の中で各種目の教材研究を深く行うことも困難です。それでもせわの体育という場でのサッカーの機会をできるだけ大切に、より楽しく充実したものとしたと考えています。そこで、そういった先生方をサポートするためプログラムの作成、そして研修会を開催し、先生方自身に体験し楽しさを味わってもらい取り組みを2013年より実施しています。これも巡回指導と同様、クラス全員、サッカーに興味があろうとなかろうと、経験をしてもらう貴重な機会です。サッカーの指導者を送るという発想ではなく、小学校での日常を豊かなものとするべく、先生方をサポートし、先生方の実践を充実させていこうというものです。



● JFAグラスルーツ宣言

2003年より、キッズをはじめとしたさまざまな普及の取り組みをしてきています。10年を経過した時点で振り返り、今後に向けてさらに普及を進めて行くために、グラスルーツを“Football For All”、プロやエリート以外のすべて、とあらためてとらえ直し、さらに力を入れて取り組んで行くことを宣言しました。キッズも、引き続きその中の大切なターゲットグループです。キッズの活動が、女子、障がい者、シニア等にもつながり、サッカーを広げていきます。



# フェスティバルの ブラッシュアップに向けて

3つの柱、中でも主要な機会であるフェスティバルを、さらに充実したものとしたいと考えています。取り組みから10年が経っての振り返りで、さまざまな成果と課題が確認されました。

## 現状の成果と課題

### 成果

キッズのサッカーへの出会いの場として、全国で、定期的な開催があり、多くの参加者があります。さまざまな工夫のある開催で子ども達を楽しませてくれています。早期から学校で、あるいは少年団やクラブに入り、サッカーに取り組む子ども達が増えました。

### 課題

一方で、課題も確認されています。毎年繰り返す中で、募集に関し、既存の一定のチームへの声かけで行っている、またそういったチームの間でのゲーム大会となっているケースも散見されます。補助金に基づく毎年の恒例となった事業として、こなすことで精いっぱいとなっているようなケースもあると聞くことがあります。

## 初心者をメインターゲットとする場合の留意点

「初心者歓迎!」と、初心者をメインターゲットとする場合、参加する子ども達はできるだけ均質にすることが望ましいと考えます。初心者への呼びかけをする場合、人数の予測がつきにくいので、合わせて普段チームでやっている子ども達の対象にも呼びかけをする場合が多く見られますが、初心者歓迎ということで来てみたら、日頃やっている子達がたくさん来ていて、その中に少人数混ざるバランスとなると、気後れをしたり、せっかくの機会を楽しめなくなってしまうかもしれません。通常の対象に向けてやるのがあってもちろん構いませんが、できればメインターゲットを分けて企画した方が、安心して楽しめるのではないのでしょうか。「初心者歓迎」という言葉を掲げる以上、初心者をメインターゲットとし、その子達が十分に楽しめる場にしたいと考えています。その場合、準備や内容、働きかけももちろんですが、受け付けから開始まで、知り合いがいないう一人て来た子ども達の不安を取り除き、歓迎されていると安心してフェスティバルに入れるようにしたいものです。すばらしい出会い、楽しい思い出となったならば、きっとまた来たい、もっとやりたいと思ってくれるようになるでしょう。

## 原点回帰

フェスティバルを、より多くの子ども達にサッカーに出会ってもらうための場として、原点回帰をしたいと考えます。初心者、初めての子ども、まだほとんどサッカーに触れていない子ども達へのアプローチを中心とするフェスティバルをぜひ開催してください。今まで実施されていなかったエリアでもフェスティバルを実施していただきたいと思います。すでにチームに入ってサッカーに取り組んでいる子ども達は、基本的に定期的な機会がある子ども達であり、フェスティバル以外にもさまざまな場があります。「グラスルーツの普及」には広がりや量が必要です。より広く、よりたくさんの人に、さらにサッカーに接してもらう機会として、フェスティバルを有意義に使いましょう。今後へのさらなる広がりにつながる機会とし

ましよう。ただし、一口に初心者へのアプローチと言っても、このような対象に情報を届かせることは、簡単ではありません。告知として、協会のHPに広報を出しても、普段から積極的に定期的に見に来ている人にしか情報は届かないかもしれません。知っているチームの代表者のリストへ連絡しても届きません。初心者、サッカーとのつながりがまだない人、積極的に情報を自ら探し求める習慣や動機がまだない人達に情報を届かせるためには、手間と工夫をかける必要があります。しかしこれは、非常に大切な「手間」なのです。絶対の正解はありません。小さな「手間」の積み重ねからしか大きな成果は生まれません。受け入れる我々に便利のように設定すると、それは参加する初心者には不便になることがあります。グラスルーツの普及には広がりや量が大切です。土を耕し、種を蒔き続けることが、グラスルーツに携わる私達の役割です。

## 初心者を募集する場合

### ① 告知方法

学校や幼稚園等に協力を得て告知ができると、地区の多くの子ども達に伝えることができますし、学校を通しての告知は、受け手の側からすると信頼度が高いものです。学校や園で情報を配布するには教育委員会等の許可が必要になります。今までの各都道府県FAで、さまざまな実践の好事例があります。

- FAにマーケティング部があり、そこからのアプローチ
- FA技術委員会の学校教員の方に市役所の教育委員会の方を紹介してもらってアプローチ
- 市役所の教育委員会に直接アプローチ、あるいは事前にメール・電話等でやりとりして説明に行き賛同を得た

自治体の側でも子ども達の体力向上等を課題として予算をつけて取り組んでいることもあり、アプローチした結果巡回指導の話もまともになり、告知の協力以上の歓迎を受けることもありました。もちろん関心を持っていただけない例もあります。キッズのフェスティバルばかりでなく、巡回指導や小学校体育サポート等さまざまな取り組みがある中、まずやってみることで、さまざまなところどこで何がつながるかかわからない、というのがこれまでの経験から得られた実感です。巡回指導でつながりのある学校や園があれば、そこに相談することもできるでしょう。すでにつながりがある場合、信頼を得やすいものです。私立の場合、幼稚園・保育園は市単位くらいで、私立幼稚園連盟・保育園連盟のような組織がありますが、そちらは各園の判断になるかもしれません。また、各協会の各種別の委員会には、教育関係をはじめ、さまざまなつながりがあります。そういったつながりは貴重な財産です。キッズの活動がFAのユース部会等他の種別と結びつけて考えられることで、大きな発展があると考えます。知っていただき、やってみていただければ、プログラム自体には自信を持って、提供できると考えています。地域の広報紙や新聞等に告知を掲載してもらう方法もあります。さまざまな人が見る可能性があり有効な手段です。こちらにはある程度の時間が必要なので、早目の計画、準備、アプローチが必要です。



### ② 事前申し込み

運営側としては、事前の申し込みを受け、必要な情報を確認できると当然安心ですが、事前申し込みなしでも参加できると、初心者には参加のハードルが下がります。

### ③ 会場

スタジアム等、普段は入れないようなすばらしい施設でやることによって、モチベーションになる場合があります。また一方で、いつも決まった施設、FAのフットボールセンターで行うばかりでなく、さまざまな地区で行くと、近くで開催した際に気軽に参加していただくことが期待されます。



# フェスティバルの考え方

私達は2003年からキッズプログラムを開始し、フェスティバルを開催してきました。  
2010年より、FIFAのグラスルーツセミナー&フェスティバルを日本で受講する機会ができ、以降毎年開催しています。その中で、多くの学びがありました。  
2014年からは、その内容をさらに広めるために、JFAとしてショートコースを開催しています。  
FIFAの提案を中心に、私達が整理したフェスティバルの考え方を示します。

フィロソフィー

皆をウェルカム  
Fun & Quality  
臨機応変

## 皆をウェルカム

グラスルーツフェスティバルで、キッズ年代、特にまだサッカーに本格的にコミットしていない子ども達を募集した場合、初心者にできるだけ参加してほしいと考えた時、通常のチーム活動に入っている子ども達とは少し違った反応を想定する必要があります。例えばたくさんのチラシを配布します。確実に申込みをしてもらえるかどうかは、わかりません。申込みがすでにハードルになってしまうかもしれないし、申し込んでもちょっとしたことで当日来るのをやめてしまうかもしれません。一方で当日、例えば天気が良いから行ってみようと思うかもしれませんが、自分自身が申し込んでいなくても、友達が行くと聞いて一緒に行ってみようと思うかもしれません。それでも来てくれたら大歓迎です。ですから、申込みを受けて当日受付の際、増えても大歓迎、もしも減ってしまったら対応したいものです。危なくない範囲で、兄弟や姉妹も参加したいかもしれません。差が大きいようであれば、例えば小さな子ども達のためのコーナーを別途設けることもできます。募集との矛盾のない範囲で、できるだけたくさんの子を歓迎しましょう。

## Fun & Quality

子ども達のサッカーは、何と言っても楽しくなければなりません。これは最大の前提です。雰囲気づくりだけの上辺のFunではなく、子ども達が集中し夢中になって取り組むようなFunを、ぜひ提供したいものです。これは低年齢の子どもであろうと初心者であろうと同じです。溶け込みやすく安心してチャレンジできる雰囲気はとても重要です。そこから先は、ぜひ、子ども達の夢中を引き出せるようなFunを追求しましょう。主役である子ども達が、自然と笑顔になり、夢中になってどんどん取り組み、うまくいったら自らガッツポーズが出るような、仕掛けや働きかけをしましょう。喜びやガッツポーズは決して強要するものではありません。場づくりや課題の設定で、ぜひ引き出せるようにしましょう。

## To play football To learn football To have fun

子ども達は、フェスティバルに、サッカーをしに来ています。長く待っていたり聞いていたりするばかりにならないよう、たくさんプレーさせましょう。そしてサッカーを伝えましょう。少しでも何かができるようになった達成感を感じてもらいましょう。それは初心者であっても決して変わることはありません。決して黙々とドリルをさせようと言うことではありません。楽しくプレーをする中で、うまくいった、できるようになった経験をさせてあげられるよう、その子に合った形でサッカーを伝えましょう。そのことが、とびきりのFunにつながるはずです。

### 内容の考え方

#### たくさんの友達と

せっかくのフェスティバルです。同じグループだけでなく、できるだけたくさんの友達と一緒にできるようにしましょう。



#### サッカーのさまざまな要素を

サッカーはさまざまな要素から成り立っています。少しの要素だけでなく、サッカーのさまざまな要素を経験できるようにしましょう。

#### サッカーを学び、スモールサイドゲームでトライ

サッカーがうまくなった、できた、と感じることができるよう、サッカーに必要なテクニックの要素を学び、それをゲームでトライする、という体験をたくさんさせましょう。テクニックを練習するワークショップと、ゲームを組み合わせています。ゲームはもちろんスモールサイドゲームです。

#### シンプルに、フラストレーションなく

複雑な内容、複雑な構成だと、子ども達にフラストレーションになってしまいます。内容も構成もシンプルに、移動も次のステーションへの移行もスムーズになるよう留意して計画しましょう。



#### ワクワクと、夢中になってチャレンジしながら

フェスティバルでとても大切な要素です。夢中のチャレンジとなるよう、目の前の子ども達に合った課題、働きかけを追求しましょう。

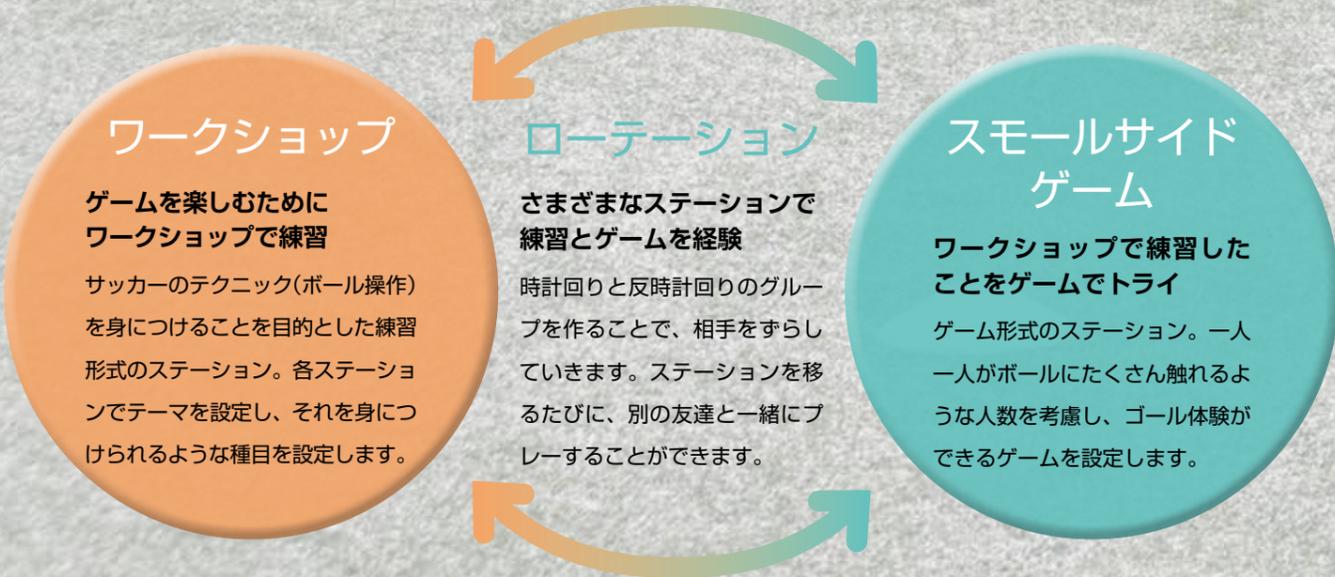
#### サッカーをやりながら感覚的に身につけていく —ゲームが最良の教師—

「設定が適切で正しい導きがあれば、ゲームが最良の教師だ」とはFIFAのインストラクターの言葉です。子ども達に合ったゲーム、エキサイティングで、やりがいのあるゲームを用意できれば、後はゲーム自体が最良の教師となります。

# FIFA グラスルーツ フェスティバルの提示

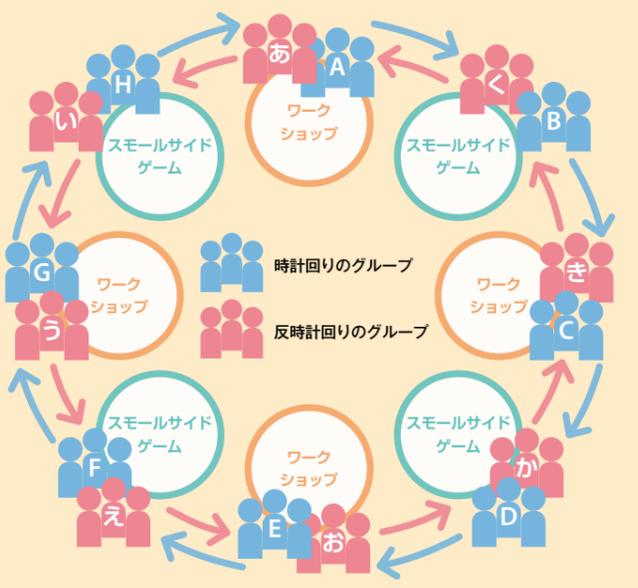
実現方法として FIFA が提示しているのが、FIFA グラスルーツフェスティバル方式です。

## FIFA グラスルーツフェスティバル方式の方法



## ステーションの考え方

人数に応じて複数のステーションをつくり、ワークショップとスモールサイドゲームを交互に配置します。ワークショップで練習したことをゲームでトライ、次のゲームのため、あるいはゲームでできなかったことをワークショップで練習、と考えます。子ども達は、グループに分かれ、そのステーションを次々と巡り、さまざまなプログラムを行っていきます。大きく半分に分け、片方のグループは時計回り、もう片方のグループは反時計回りでローテーションし、ステーションを移るごとに、別のグループとプレーすることができます。スモールサイドゲームで一人一人が十分にボールに触れる人数、ワークショップで個々をしっかり観察し一人一人に働きかけができるように、ということ考えると、1つのグループは、3対3から多くても5対5までかと思えます。子ども達のために最適な数で、グループ数、ステーション数を考えてください。



## ワークショップの考え方

フェスティバルでは、サッカーのさまざまな要素(ボールフィーリング、さまざまなボール操作、全身の動きコーディネーション)を取り入れ経験させます。ワークショップとは、サッカーのテクニック(ボール操作)を身につけることを目的とした練習形式のステーションです。各ステーションで何らかのテーマを設定し、それを身につけられるような種目を設定します。キッズ年代でも、初心者でも、サッカーをうまくやりたい、ゲームを楽しみたいと思っています。年代や一人一人の子ども達に合った形で、サッカーのテクニックを少し身につけさせることはできます。適切な種目の設定、適切な働きかけによって、目の前の子どもが少し何かをつかめるよう、ワークショップを考えます。テクニカルレポートや指導指針からも、キッズ年代で、しっかりとボールフィーリングを身につけることが重要な課題であると言われております。ボール操作の指導はC級講習会でも扱いますが、ライセンス講習会だけでは、キッズ年代を含め、多くの子ども達に働きかけるには足りません。より多くの指導者の皆さんに、テクニック指導について、より意識を高めていただきたいと思います。

## テクニックを構成要素に基づき指導

一口にテクニックの指導と言っても、なかなか難しいものです。経験者はすでに分かっているかもしれませんが、

それを目の前の子どもに適切に伝えることは意外と簡単ではありません。コーチングとしても、「もっとしっかり」「もうちょっと…」「そうそう」等、具体性に欠ける声かけとなることがしばしばあります。

子ども達には、一人一人の状況、つまずきに応じて、個別、具体的に指導してあげることが必要です。それをするためにも、まずは各技術の構成要素を、指導者が整理しておくことが重要です。構成要素を整理しておくことで、個々の子ども達を観察する際にも助けになります。時間軸に分解し、プレー前、プレー中、プレー後で、どこがどのようになっているのか。具体的にどこをどのようにすれば良いのか。こういったことをしっかり伝えてあげることが大切です。テクニックの指導においては、やってみよう!と思うような課題の設定と、個々への具体的なアドバイスです。もう一つ重要なポイントは、左右両方を使うことです。左右差異なくボールを扱えることは、サッカーをする上で非常に大切なことです。初心者だから、年齢が低いから、片方の足もできていないのに、ということではなく、丁寧に働きかけてみてください。利き足がはっきりする前の子どもは、「反対でもやってみよう」という声かけに応え、自然に両足でボールを触ってみようとしています。ぜひその声をかけてみてください。また、利き足で十分に蹴ることができる子どもがいたら、ぜひ反対の足へのチャレンジを促してみてください。そしてチャレンジを個別、具体的にほめてあげてください。

## テクニックの構成要素

テクニックの構成要素について指導ポイントを具体的に考えてみましょう。

- 1) コントロール
- 2) パス
- 3) ドリブル
- 4) 浮き球<ボレー>
- 5) 浮き球<ヘディング>
- 6) シュート
- 7) キック

これらの構成要素を意識して、メニューを考案し、実際のコーチングに活かします。



### 02 パス

#### 構成要素

- 仲間を観る
- 軸足の踏み込みを強く つま先を仲間に向ける
- 足首の固定 面を作る つま先をちょっと上げる
- 当たる面 くるぶしの下
- 膝の位置、上体の使い方 ボールを浮かさない
- 腕の使い方 バランスをとる
- フォロースルー
- 両足が使える



### 04 浮き球 <ボレー>

#### 構成要素

- 落下点を感じる
- 軸足の踏み込み位置・向き
- 足首の固定 面を作る
- ボールの中心に当てる
- キックの種類に応じたインパクトの位置
- 膝の位置
- 上体・腕の使い方 バランスをとる
- フォロースルー
- 両足が使える



### 06 シュート

#### 構成要素

- 顔を上げる 観る (ボール・ゴール・ボール)
- アプローチ ボールへの寄り方
- 立ち足 軸足を強く踏み込む つま先は目標へ
- 上体の使い方
- 腕の使い方 バランス
- 蹴り足の面 ボールの中心 足首の固定
- フォロースルー
- リバウンドへの一歩
- 両足が使える



### 01 コントロール

#### 構成要素

- ボールに寄る
- ボールをよく観る
- ボールの正面
- 軸足のクッション
- 足首を固定して面を作る
- 当たる瞬間に引き、ボールの勢いを吸収させる
- ボールの置き所 次のプレーをイメージして
- 両足が使える



### 03 ドリブル

#### 構成要素

- 顔を上げる 観る
- 相手との間合い
- いつでも触れるところにボールを置く
- 仕掛けるタイミング
- 動作を大きく 相手を動かす
- チェンジオブペース
- 両足で操れる
- ボールタッチの力加減
- ボールを足のどこで触るか



### 05 浮き球 <ヘディング>

#### 構成要素

- ボールを観る 前、インパクト時、後
- 落下点を感じる
- 額をボールに当てる
- 身体をうまく使う (バランス)  
バックスイング  
インパクト  
首の固定 (あごを引く)
- 目標に対し状態が正対 (基本姿勢)



### 07 キック

#### 構成要素

- 顔を上げる 観る (ボール・ゴール・ボール)
- アプローチ ボールへの寄り方
- 立ち足 軸足を強く踏み込む つま先は目標へ
- 上体の使い方
- 腕の使い方 バランス
- 蹴り足の使い方 膝の入れ方
- 蹴り足の面 ボールの中心 足首の固定
- フォロースルー
- 両足が使える



## メニューの考案、コーチングのポイント

整理した構成要素を頭に入れ、各テーマのワークショップのメニューを考案します。

### 01 たくさんできること

テーマとする動作がたくさん経験できるような設定にする必要があります。シンプルに、たくさん経験できるような設定にしましょう。待つ時間ばかりで、実際には狙いとするプレーをほとんどしていない、といったようなことがないよう、十分に注意しましょう。



### 02 何よりも、夢中になれる楽しさがあること

これは絶対に欠くことのできない要素です。黙々とドリルを繰り返すだけでは、子ども達にとってはつまらない。子ども達の反応はとても正直です。あっという間に集中力を失ってしまいます。子ども達にとって、課題達成へのワクワク感があるもの。チャレンジングであり、エキサイティングであること。低年齢の子ども達の場合特に、そのための仕掛け、一時間が、違いを生みます。



### 03 プレーの確保

**No line 並ばない**  
**No laps ボールなしで走らない**  
**No lecture 長い時間話さない**

子ども達はサッカーをしたくて来ています。長々と説明を聞いても、頭に入りません。どんどん動きながらやってみましょう。最初にコーチがデモを観せて「じゃあやってみよう！」で始めるくらいが理想です。コーチングで止めてばかりでも、子ども達は飽きてしまいます。中断は最低限にしましょう。しかしやらせっぱなしにせず、効果的なコーチングをしたいものです。できるだけプレーをさせながら、一人一人に具体的な声をかけてください。並んで待つばかりだったりプレーが1~2回しかできないようでは論外です。凝った設定にしても、たくさんできなければ飽きてしまう。テンポよく、どんどんチャレンジできるように設定しましょう。1回できなくても、次、コーチからのアドバイスを聞いてまたすぐにチャレンジしてみることができるようしましょう。

みんながたくさんできることも大切です。低い年代の場合、全員がボールを1個持ってどんどんプレーできるようにしましょう。失敗した子から外に出る等といった設定のゲームがあります(スペースでドリブルをして他の人のボールを蹴り出す等)。ゲーム、競争としては良いかもしれませんが、でも、初めに出されてしまった子どもはそこでプレー機会がなくなります。でも実はその子どもが一番たくさん練習をした方が良い選手かも知れません。外に出てしまったとしても、何らかの工夫ですぐに復活してまた参加できるように設定にしましょう。

### 04 個別に、具体的に指導

構成要素に基づいて、目の前の子ども達をよく観察します。一人一人を見て、具体的に声をかけましょう。たくさんほめましょう。「いいぞ」だけではなく、何がどのように良かったか、具体的に声をかけてください。周りの子ども達にもそれが聞こえます。工夫をほめてください。チャレンジをほめてください。言われたことをトライしてみたことをほめてください。個人に具体的に効果的なコーチングするためにも、名前を呼んで声をかけましょう。テープなどを貼って名前を書くことは、フェスティバルでよく行われていると思いますが、個別に声をかけてあげるためにこそこの一手間です。できるだけ名前を覚えて呼んであげてください。名前を呼ばれて声をかけてもらえると、とてもうれしいものです。ほめてもらえるのもっとうれしいものです。つまづいていることは、構成要素に基づいて、具体的に伝えてあげてください。その子にとって難しければ、その子にできそうな課題に変えてあげてください。みんなにプレーさせながらの個別の声かけは指導者にとってもチャレンジですが、ぜひトライしてください。つまづきを克服し、達成感を味わった子ども達の笑顔が、次々と夢中になってチャレンジする姿が、きっと見られるでしょう。



### 05 デモの有効活用

デモンストレーションは、やってほしいイメージを伝える最高の手段です。ぜひ有効に伝えてください。言葉を尽くして説明するよりも、一回のすばらしいデモが効果てきめんです。子ども達は、見たものを真似る天才です。低年齢では特に、言葉での説明よりも、デモがはるかに効果的です。ただし、良いイメージを見せるよう、留意する必要があります。子ども達は真似の天才。自分が考えたのと違うところが強調されてしまうと、思わぬ部分が正確に真似されてしまうことがあります。デモは効果てきめん、でもこわい!のです。分解して説明したとしても、最後は一連の流れのようなきれいな動作で、しっかりしたプレーを見せてあげてください。



### 06 Guided Discovery 発見を導く、引き出す

聞いたことは忘れる、見たことは覚える、体験したことは身につく。そして、自分自身で見つけたものは、深く心に刻まれます。自分自身で見つけさせるために、子ども達に発問をすることがあります。他にもいろいろな仕掛けがあります。子ども達が自分自身で見つけられるように、大人としてはさまざまな仕掛けをして、発見を導き、引き出すようにできれば最高です。

### 07 プロGRESSION<発展>

計画を立て準備をし、実施します。そして観察します。目の前の子ども達に、簡単か、難しいか、ちょうど良いか。集中して、生き生きして、楽しそうでしょうか。実際に目の前で起こっていることを見て、成功と失敗のバランスを考慮して、その場で難易度を調整する必要があります。やってみたら何が違う、うまくいっていないと感じたら、迷わずに調整をしましょう。簡単すぎても難しすぎても、子ども達は関心を失ってしまうかもしれません。ちょっと難しい、でもできそう、というところを設定してあげることが重要です。もちろん一人一人の子どもによって、レベルが異なります。簡単にできる子もいれば、なかなかできない子もいるでしょう。そういう場合は個別に働きかけ、要求をして、それぞれの子にチャレンジングになるようにしてみましょう。また、FIFA グラスルーツ方式のフェスティバルでは、一つのステーションを6~7分程度で行います。その中で、ずっと同じことを反復するのはなく、漸進性を考慮して、課題を発展させていくことが重要です。そのためには、指導者として、さまざまな引き出し、工夫が大切です。

### 08 競争ゲームの使い方

ドリルを発展させる中で、最後に競争を使う指導者はたくさんいると思います。子ども達は競争が大好き。やったことを少しストレスのかかったところで試すチャンスです。ただし、早くプレーすると雑になって質が落ちるタイプの競争では、効果がありません。ボール操作を正確にやることによって一番に(ポイント獲得)になれるような内容の競争を設定しましょう。正確に丁寧にやっている子ども達を見つけ、ほめてあげられるような競争にしましょう。

### 09 安全管理

安全管理は、子ども達のサッカーで最重要の観点です。せっかくの楽しいサッカーが、安全が損なわれることで台無しになってしまうようなことは絶対に避けなければなりません。さまざまなリスクを考え、安全に配慮しましょう。特に、シュートセッションでは、ボールを取りに行っているところに次のシュートがうたれるような状況になりがちです。顔に当たってしまうようなことが起こってはなりません。設定や約束事で、それを防ぎましょう。

### 10 指導者も成長

この方式で行うと、6~8ラウンド、担当した同じステーションを反復することになります。指導者もその中で、気づき、より良い働きかけを伸ばして行くことができます。このフェスティバルには、多くの大人に関わっていただけて運営することがあります。普段指導をしていない人に担当してもらうこともあります。ラウンドを追うごとに、指導者の成長も顕著で、堂々と自信をもって子ども達に接することができるようになるのも、すばらしいことです。



## ゲームの考え方

グラスルーツ方式のフェスティバルでのゲームの考え方を示します。

### 01 ゴールがあり、2つのチームで対戦するもの

子ども達はゲームが大好きです。サッカーのゲームとは何か。何らかのゴールがあり、2つのチームが互いに相手のゴールをめざし、自分のゴールを守るものです。



### 03 ゲームがベストティーチャー

「ゲームがベストティーチャー」という言葉があります。ゲームこそがサッカーを学ぶ上で最も優れた教師となる、ということです。子ども達に合ったゲーム、エキサイティングで、やりがいのあるゲームを用意できれば、後はゲーム自体が最高の教師となります。適切なゲームであれば、子ども達はゲームを楽しむ中、多くのことを身につけることができます。 「適切なゲーム」という意味は、人数であったり広さであったり、ゴールや課題の複雑さ等の要素によってつくられます。そしてその中で、指導者の良い導きがあれば、より多くのことを身につけることができます。



### 02 ワークショップでやってきたことが出せるようなゲーム

せっかくワークショップでやってきたことを、ゲームでやってみて成功したら最高です。何をやってきたかを意識して、ゲームを考え、また声かけをしましょう。例えばシュートドリルの後はシュートゲーム、ドリブルの後は、ドリブルが出やすいようなゲームというイメージです。ただし、この方式のフェスティバルでは、時計回りと反時計回りのグループがあるので、両チームともが同じことをやってきているわけではありません。やってきたことを試しやすいゲーム、ゲームでやったことを次のワークショップで練習する、といった考え方で、できるだけワークショップと隣のゲームとを関連づけて子ども達に接したいものです。もちろんサッカーはサッカーですから、不自然にテーマにとらわれる必要はありません。自然なゲームを繰り広げる中で、工夫やトライを励まし、やってみたこと、できたことを、ぜひ認め、声かけてください。

### 04 ゲームは子ども達のもの

キッズフェスティバルのゲームは、子ども達のもので、大人が介入しすぎることなく、子ども達自身がのびのびとプレーできるようにしましょう。大人は見守り、寄り添うスタンスで。良いプレーをたくさん見つけ、ほめてあげましょう。ゲームでは特に、シンクロコーチングを活用し、プレーをさせましょう。



同じ全体に共通の基本的な問題が何度も起こるようであれば、その時は、止めて伝えてあげることも良いかもしれませんが、できるだけ子ども達自身がたくさんプレーする中から、見つけたり身につけたりできるように、サポートしましょう。

## ローテーションの考え方

### 時計回りと反時計回りをずらしていく

半分を時計回り、もう半分を反時計回りにして、相手をずらしていきます。そうすることで、ステーションを移るたびに、別の友達と一緒にプレーすることができます。フレッシュに、新たな人達と新たな課題に取り組むことができます。

### 2カテゴリーの場合

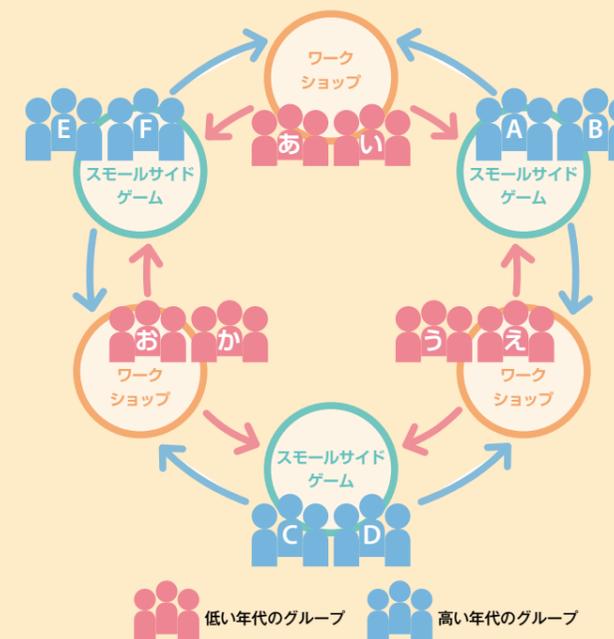
#### 偶数ステーションにして交互に配置

—2つの小さなラウンドより大きなラウンドでフェスティバル感を楽しむことができる—

年齢層が広くてもローテーションの工夫で同年齢の子とプレーできます。年齢層が広い場合、多くの場合は大体2歳刻みくらいで大きく2つに分けると思います。それぞれを分けて、少数のグループ数、ステーション数で回るよりも、また場合によってすぐに同じ仲間と出会ってしまうよりも、フェスティバルとしては、適切と考えます。偶数のステーションをつくり、高低の年代を交互に配置してローテーションをすることで、常に高い年代同士、低い年代同士が常に会い、共にワークショップもゲー

ムもできるようになります。2つに完全に分けて小さい2つのサークルで行うよりも、大きな一つのサークルで、賑わいの中、いろいろな内容、いろいろな相手と、フェスティバルらしくワクワクできる雰囲気の中で楽しむことができます。

● 2カテゴリーの場合のローテーションの考え方



# 準備に関して

フェスティバルの実施に関しては、フェスティバル自体の内容、そして周辺環境について、たくさんの検討事項があります。これらを、リーダーを立て、役割を分担し、グループとして計画・準備を進めていくことが重要です。

## 01 フェスティバルの内容

### 01 人数の想定

初めての子は、まだサッカーにそれほど強くコミットしているわけではありません。だから予定よりも大幅に増えたり減ったりすることもあります。当日その気になった子にもできれば参加してほしいものです。それを受け入れる準備をする。増えなくても減っても柔軟に対応できるように準備をしておくことが必要です。とは言っても、軸がなければ準備ができません。予定されるおおよその参加人数を基にプランを立て、増えた場合、減った場合に、どのように対応するか、どの時点で判断するかを、想定しておきます。グループの人数での調整、変更が大きい場合にはステーション数を変更するプランも持つようにします。予定だけで固定的に完璧な準備をしてしまうと、逆に増減に対応しにくくなります。グラスルーツフェ

スティバルだからこそ、柔軟な対応を可能にする準備が必要です。増減があるのがグラスルーツフェスティバルなのです。

### 02 ステーション数

参加想定人数から、ステーション数を決めます。1グループの人数から考えます。子ども達一人一人のプレーの確保、ボールのタッチ数等を考えると、ゲームはできれば5対5以下にしたいと考えます。物理的な条件によって7対7、8対8にしてしまうよりは、できるだけ適正人数でステーションを設定するようにします。

### 03 ワークショップの内容

ステーション数が決まったところで、ワークショップの内容を決めます。サッカーの主要なテーマをさまざまバランス良く



経験できるようにしましょう。テーマが決まったら内容を検討します。内容に関しては、参加者の特徴（年代、初心者／普段からサッカーをやっている子中心等）を加味して考えます。シンプルに、十分に楽しめるもの考えた上で、難易度の調整についても想定します。

### 04 ゲームの内容

合わせてゲームの内容を考えます。ワークショップとの関連を考える一方で、さまざまなゲームが経験できると良いでしょう。テーマに応じてワークショップとゲームを組になって考える方法もありますが、さまざまなゲームを考え、テーマとの関連で配置する方法もあります。

### 05 ステーション配置

内容が決まったら、それぞれどこに配置するかを考えます。ラインの活用はもちろんですが、シュートの場合であればゴールを活用したいものですし、シュート等ボールが飛ぶ可能性がある向きには、ネット等があるところが有利です。大きなスペースが必要なステーション、スペース

をあまり必要としないステーション等、さまざまあると考えられます。スペースをうまく活用し、効率よく配置してください。

### 06 大人数の場合

ピッチ1面に対して、通常ステーションは8～10くらいまで配置が可能です。2ピッチがある場合、ピッチの周囲に余白がある場合等いろいろな条件に応じて考えてください。1ステーションの人数を多くすることなくステーション数から考えて、それより多くの人数の参加が見込まれる場合、「裏表方式」、すなわち、A組とB組で総交換しながら交互に行う方法があります。その際には、裏表で外で待機する時間ができるので、間の休憩をとらず、入れ替えてすぐに始められるよう、待ち時間を活用します。

### 07 時間の想定／ラウンド数

多くのステーションを設定した場合、ステーション数に対し、すべてをやらせて



あげたいというふうにする気持ちは十分に理解できますが、子ども達の年齢に応じ、適正な時間に収めるようにしましょう。無理に多くさせると子ども達は疲れ切ってしまいます。何が「プレーヤーズファースト」か。子ども目線に立って考えてください。U-6であれば、6ステーションも回れば十分です。初心者であったり、天候等の条件によっても、適切な判断をする必要があります。回れたステーションですべての子ども達が楽しい充実した経験ができるよう、どのステーションもベストを尽くしましょう。一般的には6～8セッションが標準です。天候等の条件、年齢等を見て調整してください。余裕を持った想定、そして当日目の前の子を常に観察し、柔軟に対応するのがグラスルーツフェスティバルです。

### 08 全体像の把握

こういった準備は、担当を分担し、それぞれが計画を立てる場合が多いと思います。最終的に、全員で全体像を確認するようにしてください。異なるテーマでも同じメニューになってしまうことはよくあります。フォーカスを変えれば、ということもありますが、子ども達にはぜひともさまざまな種類の経験をさせてあげたいものです。全員で共有し、全体でバリエーション豊かになるよう内容を検討しましょう。また、配置や用具についても、全体での調整が必要です。実際行くと、案外、スペースや道具が有効活用されずに余っていることがあります。各担当に責任を持つ一方で、全体を把握することは非常に重要です。

## 02 フェスティバルの環境関連

### 01 受付

受付は重要です。導線との関連で、どこに配置するか。ここで何をチェックし、何をやるか。通常は学年ごとにチェックして最終人数の確認をします。またここで子ども達に名前をつけてもらいます。来た人にとってわかりやすく、また歓迎されている雰囲気を感じてもらうことが

大切です。本日のプログラムの概要はどのようなもので、保護者にはどのようにしていただくか、ここで明確にインフォメーションをすることも大切です。

### 02 グループ分け／カテゴリー分け

募集した子ども達の年代の幅により、カテゴリーを1つでやるか、2つでやるか決めておきます。カテゴリーを2つに分け

る場合、それぞれでグループ分けがなされれば良いので、両カテゴリーの人数がそろっている必要はありません。グループ分けはどのように、どの時点で行うか、決めておく必要があります。受付時に行う方法もありますが、予定人数にブレが出ることも想定して、グループを分ける方法をとる必要があります。1カテゴリーを2歳刻みで行う場合、できるだけ年齢はバランスをとって分ける方が望ましい





です。年代の分けだけしておいて、受付が終った時点で人数を確認してグループ分けを行う方法もあります。この時、想定人数より大幅に多かったら、あるいは少なかったら、どの順番でどのように判断をしていくか、あらかじめ決めておいて、受付が大方終わった時点で判断をする必要があります。名前の左側にグループ番号を入れます。グループ分けを後にする場合は、あけておいて後で書き入れます。どこに貼れば見やすいかも考えてみてください。

## 03 ビブス分け

グループ分けに伴い、ビブスをどのように活用するか。使えるビブスの種類や枚数がどれくらいあるかによりますが、ビブスで明確に色分けしておくことにより、さまざまな情報が一目瞭然でわかります。カテゴリーの別、右回り／左回りの別等、一目瞭然で分かるようにしておけば、大



勢でピッチ上がにぎわうフェスティバルの間、役に立ちます。その他、名前をつけるテープの色、文字の色等も活用することができます。上記グループ分けのタイミングによって、ビブスをいつどのように渡すかが変わります。

## 04 導線・誘導

導線の管理は重要です。車で送ってくる家庭が多いと想定される場合、施設の駐車場を十分に確保する必要があります。あらかじめ施設と相談してください。初心者等施設やこういったイベントにあまり慣れていない人達が多いことが想定される場合は特に、駐車場、そしてそこから受付への導線を、表示をしたり人を配置する等の配慮をする必要があります。受付後、子ども達は何を持ってどこに行けば良いのか、保護者はどうしたら良いのか、そこまで受付時に明確に情報を伝える必要があります。受付後の子ども達も、開会式、集合までに時間がある場合が多いですから、その間どこで何をすれば良いか、導きが必要です。

## 05 荷物の扱い

子ども達が何を持ったどの状態でピッチに行けば良いか。子ども達がボールを持ってくることがありますが、それを扱うかわからないかを明確にし、必要なものだけ

を持ってもらうようにした方が、混乱や紛失等のトラブルを防ぐことができます。フェスティバルでは各自の水分は各自用意してきてもらうのが一般的です。水筒を持ってくる、それをどこに置いておく等、明確する必要があります。使わないものは、保護者の皆さんがいらしている場合は預かっていただく、あるいは荷物置き場を確保し、そこに置く等の対応が考えられます。水分の用意は、募集時に伝えておく必要があります。ピッチにより水のみ可というところがありますので、事前に確認してください。



## 06 保護者の対応

受付から子ども達をお預かりするのか、オープニング前の集合時からするのか、方針を決め、受付でお伝えします。また、観ていただくエリアを明確にお伝える必要があります。子ども達を連れて来てくれるのは保護者の皆さんです。保護者の方にも楽しんでいただけるよう、満足していただけるよう、配慮を忘れないことが重要です。フェスティバルの最中は、ピッチには子ども達とスタッフのみとするのが一般的です。FIFAグラスルーツ方式の場合、子ども達はどんどんローテーションして行きますので、ずっとご自分のお子さんをフォローするのは、会場によってはなかなか難しくなります。集合写真撮影の際、退場の際に、保護者の皆さんにも写真が撮りやすいような状況をつくる等配慮をしましょう。また、セレモニーの際に、ぜひ保護者の皆さんへ、フェスティバルに子ども達を連れてきていただいたこと、日々子ども達の「やりたい」を支えていただいていることに、感謝の意を伝えてください。

## 07 開会までの流れ

受付後、開会式までの時間はどこでどのように過ごすか。できれば使えるスペースで身体を動かしたい子ども達がほとんどでしょう。一定のエリアを解放する、そこで子ども達に対応するスタッフを配置する等が考えられます。開会式への集合時に、確実に集合でき、グループで集まることができ、各自の水筒も確認ができるよう、あらかじめ決めておくと混乱や時間のロスが避けられます。この時点で子ども達はまだ自分のグループについて自覚がありません。グループをどのように集めて整列させるかも、しっかりと考えておく必要があります。

## 03 セレモニー

### 01 オープニング

今から始まるイベントに対して期待感、ワクワク感を持てるように、一方で安心感を持って取り組めるように、シンプルで良いのでオープニングセレモニーをしましょう。入場行進、音楽の使用等も考えられます。プレーヤーズファーストで、あまり長くならない方が良いことは言うまでもありません。ただし、地域の要人の方に来ていただき、知っていただくことは、今後の発展に非常に大切です。ぜひ地域の要人の方を招待し、来ていただいた際には、ご挨拶をいただく機会を設けることも大切です。地域出身の選手、元選手等をゲストとして来てもらうことも、有効です。一言話してもらうこと、一緒に入ってプレーしてもらうことは、



### 08 退場

最後、セレモニー終了後、どのように退場させるか。スムーズさと、イベントとしての演出と、両方の要素があります。ビブスの回収、自分の水筒や荷物を持って、参加賞や記念品等を配布できるようにあれば配布し、今日の頑張りをたたえ合って、子ども達を送り出したいものです。

### 09 安全管理

子ども達の安全を管理しなくてはならないのは、言うまでもありません。通常皆さんが行っているフェスティバルと同様、救急体制の確認、応急処置ができる装備、有事の医療機関との連絡の確認、保険について、



必ずしっかりと検討、対応してください。

### 10 雰囲気づくり

必須ではありませんが、看板や装飾、音楽等の準備ができれば、雰囲気づくりに役立ちます。ワクワク感、歓迎されている気持ちづくりができます。



子ども達にとってワクワクするものです。アイスブレイク、ウォーミングアップをどうするか。セレモニーの一環で行うこともできますし、各ステーションに分かれて行う方法もあります。心身の準備、そして雰囲気づくりのためにも重要なパートです。セレモニー後、各グループを第1セッションまで誰がどのように誘導するか、決めておくことが重要です。水筒のピックアップも含めて考えます。

### 02 クロージング

楽しかったイベントのまとめです。簡潔にまとめを行います。感想などを聞いてみるのも良いでしょう。ここで集合写真を撮りたいものです。保護者の皆さんも撮れるような位置を選ぶことも考えましょう。セレモニー後の退場については、先ほど述べた通りです。

## 04 実施にあたって

### 01

#### タイムキーパー：全体進行管理

全体の進行管理をする役割が必要です。基本的に全体は1人の時間管理の基、1つの笛の合図で進行して行きます。FIFAグラスルーツフェスティバルの場合、基本は7分行って3分で休憩・移動、あるいは6分行って4分で休憩・移動で、10分刻みで刻んでいきます。もちろん予定は立てますが、柔軟に対応する必要があります。特に1回目、2回目のローテーションは子ども達、指導者共まだ慣れないので、確実に完了することを確認して進める必要があります。天候、年齢、疲れ具合等々を考慮して、柔軟な判断が必要です。途中で(例:全体の状況の確認のため早めに、あるいは真ん中で)長めの大休憩をとることも考えられます。各ステーションを担当しているコーチ達の目安となるよう、開始、2分前、1分前、終了等、必要な情報を伝えるようにすることも必要です。笛の音、声が届くよう、音響システムの使用、無い場合はその他の工夫で、全体に届かせるようにすることが必要です。

### 02

#### ローテーションの際にやること

ローテーションは基本3~4分です。終わったらそのステーションで握手。両チームを水筒を持たせて次のステーションに送り出し、次の2チームを両サイドから受け、水分を取らせ休憩させます。まず移動させ、移動先で休ませる、ということを一貫した方が、混乱がなくスムーズになります。迎え入れたコーチが、水分をとらせ休ませながらコミュニケーション



をと、名前を覚える時間ととれるからです。この間に名前を覚えることはとても大切です。コーチとしては、ボール等を含めステーションのオーガニズを戻し次の準備を整えるなど、やる事がたくさんありますが、できるだけ手際よくやり、子ども達とコミュニケーションをとれるようにしたいものです。時間があれば、これからやるステーションでのやることの導入、説明等をしておいても構いません。ただし、子ども達が休憩し一度落ち着けることが最優先です。



### 03

#### 水筒

毎回こまめに水分補給ができるよう、子ども達には、自分の水筒を持たせてローテーションをさせます。ステーションごとに、水筒置き場を明確にしておくこともスムーズです。ローテーションの際の子ども達の導線をよく考えた上で、各種目のオーガニズに対し安全な位置に置いてください。

### 04

#### 緊急・救急対応

緊急、救急に対応できるよう、フリーに動くことができる担当を配置しておく必要があります。救急をどこで(本部テント、クラブハウス等)どうするかを明確に準備しておきましょう。低年齢の子ども達の場合、トイレに行きたくなることもあります。行き始めるとたくさん子どもが連鎖的に反応するのもよくあることです。なるべく開始前に行けるように、また大休憩を設けて行けるようにしましょう。トイレへの導線も意識してください。それでも個々に行きたい子が出ることが当然あります。その場合、誰がどう対応するか、ステーションに戻すことまで意識して考える必要があります。

## 05 留意事項

### 01

#### 全体像の理解

リーダーを立て、役割を分担し、各パートで計画を進めていきます。ただし、準備の段階を追って、皆で全体像を把握し理解することが重要です。違う意図でも同じような種目になってしまったり、順番を変えた方が流れが良かったり等、全体を合わせることでより良い全体像をつくりあげることができます。集団で何かを計画し実施することは簡単なことではありませんが、皆で全体像を理解した上で各パートを責任をもって担当することをめざしましょう。また、全員が全体の進行を理解しているようにしましょう。

### 02

#### 全体の時間

全体の時間は、90~120分、動いている時間は、低年齢、初心者であれば正味60



分くらいが適切です。天候の影響もあります。たくさんの企画、準備をしたからと言って全員が全部活動させたい、させる方が子どもにとって良いと考えるのは、大人の視点です。子どもが心身ともに疲

れ切ってしまうまいよう、プレーヤーズファーストで、子ども達をよく観察して判断することが重要です。もっとやりたい、またやりたい、今度あったらまた来たいという気持ちで終わればと思います。

## 06 オプション

### 01

#### 中・高・大学生等のアシスタント活用

アシスタント的スタッフとして、中・高・大学生のサッカー部員等を活用することも有効です。小さい子ども達に対応するためにも、十分な人員配置ができると、余裕をもって運営することができます。単に人手として動員するというよりも、彼ら、彼女達の良さがたくさんあります。子ども達と近い存在であるため、お兄さん、お姉さんとして、子ども達にとって安心できる存在です。また、彼ら、彼女達にとっても、とても良い経験になります。子ども達を前にした時に、普段見ないような素敵な表情、すばらしい対応が見られることがたくさんあります。これを機に、指導者や子どもに関わる仕事への動機づけになることもあります。

そういった意義を意識して、彼ら、彼女達にぜひうまく関わってもらってください。もちろんアシスタントですから、期待する役割、子ども達への関わり方を明確に伝えることが重要です。

### 02

#### 特設コーナー

年代を特定してフェスティバルを開催する場合、小さな弟、妹がついてくることはたくさんあります。サッカーをしたくて仕方のない子ども達もいます。一緒にやるのが危なかったり難しかったり、募集と矛盾してしまったりするような場合、あまった安全なスペース、時間帯で、その子達が楽しめるようなステーションを設けることも考えられます。親子エリアにして親子で楽しんでもらうことも考えられます。

### 03

#### 今後につなげるインフォメーション

このフェスティバルが子ども達にとって楽しいものであったら、次のステージにつながると良いと考えます。今後に向けてどのような場やイベント、ステージがあるか、近隣の情報を保護者に提供できると良いでしょう。フェスティバルでのサッカーとの出会いがすばらしく、その後長く続くサッカーとの親しみにつながるとすれば、こんなに喜ばしいことはありません。





# グラスルーツトーナメント

FIFA グラスルーツフェスティバルでは、フェスティバルと合わせて、グラスルーツトーナメントを開催する場合があります。フェスティバルではさまざまな要素を学び、トーナメントでは、シンプルにゲームをたくさん経験してもらいます。FIFAのコースでは、午前にフェスティバル、午後にトーナメントを実施しています。

グラスルーツトーナメントの考え方

皆に同じ数の試合

いろいろな相手とゲーム

グラスルーツトーナメントの考え方は、大きく2つです。

## 拮抗させていくゲーム

拮抗したゲームは、子ども達に楽しく、学びがたくさんあります。反対に、大差がつくゲームは、互いにとってあまり楽しさも学びもありません。その場でグループを組むので、均等なグループ分けは困難です。ただし、ゲームをしていく中で、工夫をすることで徐々に拮抗するような相手との対戦にしていくことはできます。ゲームの勝敗には、子ども達にも明確にし、勝とうとしてプレーさせたいと考えます。試合では得点を確認しながら行い、勝敗を確認します。ただし、順位をつけることは目的ではありません。拮抗をつくることで、どのチームも全力で楽しめるゲームにしていくことが大切です。こうすることを、子ども達がかわいそう、気にする、といった言葉を聞きますが、拮抗しないゲームをたくさんすることよりも、負け続けるよりも、どんどんレベルを合わせていくことで、生き生きとすばらしいゲームが繰り広げられるようになります。

## インディビジュアルウィナー

グラスルーツトーナメントのもう一つの形です。たくさんの友達とプレーする。また、チームを毎回組み替えることで、勝っても負けてもチームがストレスにならない方法です。「クアトロゲーム」としても知られている方法です。



### インディビジュアルウィナーの方法

- ① 個人に番号をふります。
- ② チームに割り当て、試合をさせます。
- ③ 終了したら、各試合の得点を含めた結果を、各チームの代表者に本部に報告させます。
- ④ 勝ち点は、勝ったら10、引き分けは5、負けたら0。それに得点をプラスし、積算して行きます。そのチームの個人全員にその点が入ります。
- ⑤ 1試合ごとに、チームをバラバラに組み替えます。1試合終わるごとに、本部に戻って給水・休憩するとともに、各自自分のチームを確認し、次のゲームに臨みます。
- ⑥ 5試合程度行い、最後に個人の得点を競います。
- ⑦ 個人の勝者を上位3位程度、発表して表彰します。意外な勝者となるのも、このゲーム方式の良いところです。



このゲームの良い点は、その場で準備でき、少ない人数でも運営できることです。模造紙の表を用意し、まず全員のチーム分けを示します。そして1試合目に送り出している間に、次の組分けを書き入れます。1試合終わるごとに次の組分けと、チーム毎のポイントを書き入れます。それを繰り返し、積算していきます。全員のすべての得点を計算しなくても、大きい数字を確認してできるところからの計算で構いません。その場で手軽にできるということが、この形式の利点の一つです。パソコンでエクセル等で準備をしておく、計算を確実にすることも可能です。



# 10のトピック

## TOPICS 01 コーチエデュケーター

FIFA グラスルーツセミナーでは、グラスルーツの指導者のことを「コーチエデュケーター」と呼んでいます。すなわち、サッカーを教えるコーチであると同時に教育者でもあるということです。グラスルーツサッカーは、大切なさまざまなことを子ども達に伝えることのできる場です。ぜひ教育的な配慮をもって臨みましょう。



## TOPICS 03 シューティング／スコアリング

初回のグラスルーツセミナーで学んだことです。シューティングとスコアリングは異なる。グラスルーツのワークショップのテーマとしてシューティングをとらえる場合、ある程度の距離をしっかりと蹴るという技術を身につけることが目的となる。GKとの駆け引き等の手段を講じて最終的にゴールにボールを入れるというスコアリングとは根本的に異なる。シューティングへの取り組みが、日本ではまだまだ不足しているのではないかと。これでは日本でランバード（元イングランド代表）は育たないのではないかと。という指摘でした。ある程度の距離を、狙いをもってしっかりとボールを捉えて蹴るということを、以来大切にしています。

## TOPICS 02 握手、セレモニー

各ステーションで、ワークショップでもゲームでも、初めと終わりに、たくさんの仲間と握手しましょう。サッカーで大切にしているリスペクトの証です。ゲームの際には、ぜひ代表戦で行っているようなセレモニーをやってみてください。整列して自分の前に並んだ相手とだけ握手するのではなく、これから対戦する相手全員、審判と、手を触れて目を見て互いに健闘を約束したり感謝したいという意味を持ったものです。



## TOPICS 04 エキサイティングでリワーディング rewarding

グラスルーツのゲームは、エキサイティングで、リワーディング（やったかいいがある、報いがある）なものでなくてはならない。ワクワクできるようなエキサイティングなゲーム、全力でトライして点を取ったり取られたりするようなゲーム、そして、やるべきことをやったらその甲斐があり、得であったり得点であったりするようであるべきであり、そのことによって、やったら良いことを見つけ身につけていくのです。



## TOPICS 05 ゴールが全然なかったら何か間違っている

ゲームで一番エキサイティングなのはゴールです。グラスルーツのゲームでは、たくさんの得点とガッツポーズを見たいものです。両チームがしばらくプレーをしてゴールが全然なかったとしたら、設定が何か間違っていると考えてみましょう。距離であったり複雑さであったりゴールの大きさであったり。守備を頑張ることもゲームが拮抗することもとても大切なすばらしいことですが、ぜひゴールをたくさん経験させられるよう、設定を見直してみましょう。

## TOPICS 08 人数はアンバランスでも

人数が割り切れず、人数がアンバランスになる状況は多々起こります。ワークショップに関しては、人数がアンバランスでもまったく問題ありません。ゲームに関しても、安易に大人が入ることなく、まずは観察してください。



## TOPICS 06 P P P P P : Pre Planning & Preparation Prevents Poor Performance

「あらかじめしっかりと計画し準備することで、良くないパフォーマンスを避けることができる。」まさにこのグラスルーツフェスティバルに当てはまる言葉です。何かあったら現場で臨機応変に柔軟に対応することが大切です。しかしそのためには、周到的な計画と準備が欠かせないのです。臨機応変、柔軟な対応は、いい加減な準備からは生まれません。せっかくフェスティバルに参加してきてくれた子ども達の楽しみを保証するために、しっかりと準備をし、その上で、計画に固執するのではなく、目の前の子ども、目の前で起こっていることを観察して、最適な設定への変更を、勇気をもって行いましょう。

## TOPICS 09 保護者への感謝、配慮

フェスティバル、サッカーの場は子ども達のもの、という考え方があります。ただし、保護者への感謝を私達も忘れてはなりません。保護者は子ども達をフェスティバルに連れて来てくれる人であり、子ども達の「やりたい」を支えてくれる人です。保護者が会場に子どもを連れて来てくれないとグラスルーツフェスティバルは成立しません。フェスティバルは「こどもエリア」。とすれば、「ここからは子どもはこちらでお預かりします!」となってしまいがちかもしれません。でも可能なかぎり、保護者からの見やすさ、写真撮影等の配慮をすることも重要です。セレモニー等でもぜひ保護者への感謝を伝えてください。子ども達の満足はもちろん、保護者にも満足してもらえたら、また連れて来てくれるかもしれません。

## TOPICS 07 先入観を捨て、目の前の子ども達をよく観察しよう

子ども達と長く接している方でも、時々、「まだ年代が低いだから」とか「初心者だから」、子ども達には無理だ、子ども達だとうなる、という言葉が聞かれます。でも子ども達の可能性はとてすばらしいものです。目の前の子ども達をよく観察して、その子ども達に合った刺激、働きかけをすることで、子ども達は熱中して取り組みます。キッズ年代への取り組みが当初と比べ「サッカーサッカーしてきている。」という言葉が聞かれることもあります。決してそういうことを要求しようというわけではありません。サッカーをやりたくて集まってくれた子ども達に、サッカーを通してさまざまな動き、ゲームの楽しみ、そのためのボール扱いを刺激しようというものです。生き生きと目を輝かせてチャレンジする子ども達の姿を、ぜひ観察してください。

## TOPICS 10 親子での活動

一緒に体を動かすことで保護者にも自然と笑顔が生まれます。子どもはお母さんの笑顔が大好きです。親にほめられるのとてうれしいものです。子どもと一緒にやってくれる大人が大好きです。それが親ならなおさらです。フェスティバルの一部に親子での活動（触れあい・ダンス等）と取り入れるのも推奨します。



フェスティバルが、子ども達にとってすばらしい経験になるように、  
良い準備をし、良い働きかけを目指しましょう。

何よりもシンプルに。そしてフレキシブルに。

目の前の子ども達をよく観察して。

臨機応変に、しかしそれは周到なしっかりした準備に基づくものです。

ぜひ子ども達のために、子ども達が安心して楽しめる、

大満足できるフェスティバルを開催しましょう。

方法として、この形式をご紹介させていただきました。

参考にさせていただければ幸いです。

## 発行

公益財団法人 日本サッカー協会  
キッズプロジェクト

## 編集

公益財団法人 日本サッカー協会  
技術委員会テクニカルハウス

## 制作協力

ピーチアンドダムズン

