



YFA育成年代U10ー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を通して**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。

そのために、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)、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、Vo.1では「選手像」、Vo.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～

選手像

魅力あるレベルアップ
研修による、魅力ある
指導者の創生

指導力向上

環境づくり

1)ゲーム環境 試合を通しての選
手・指導者の豊かな成長

2)活動環境 幅広い世代への活
動場面の提供と特長ある選手の創出

3)種別間交流 選手を次の種別
へ繋ぐことができる指導者間の交流

人づくり

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〉が体现できる人

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にある。

・球際で遅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

・球際で遅しくプレーする姿

- 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、

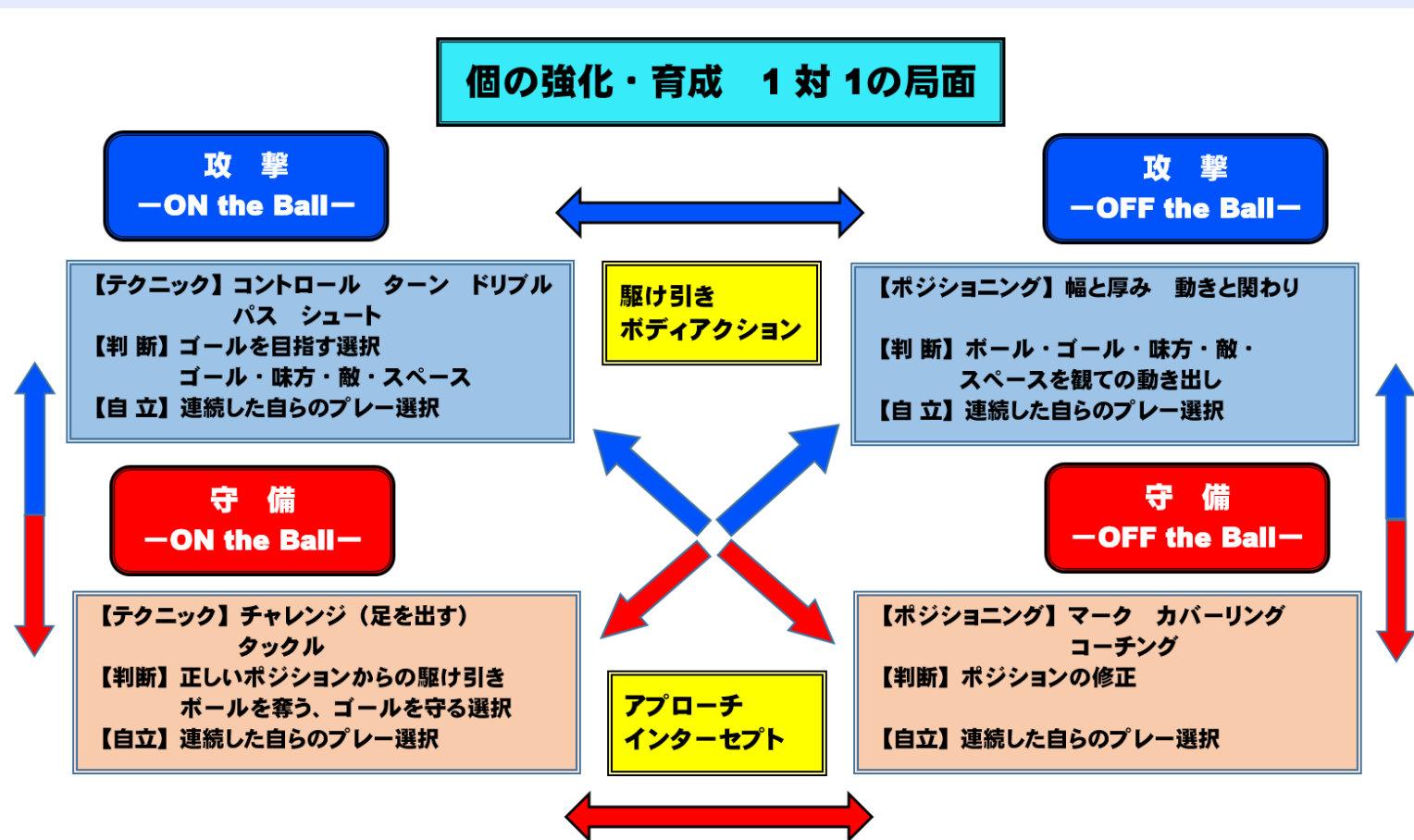
速やかにジャッジに則したプレー準備をする姿

- 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
コーチング→声が大きい、絶え間ない、戦術的
運動量→関わり続ける走力、質の高い動き(オフ・サ・ボール)

リスペクト(礼節を尊ぶ姿・奉仕する姿) が体现できる人へ

「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者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**ことになります。

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)が体现できる人**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)は人間力のバロメーター(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にする。

⇒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、キーファクターを聴き取り(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) 礼節を尊ぶ姿が体现できる人へ

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)」《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る。

- ・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周りの人の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へ～**】、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。

リスペクトー暴力・暴言の根絶ー

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。自分がやりたくてやるもの。そのためには、安心、安全な場が必要です。

サッカーには暴力も暴言もありません。子どもたちの挑戦する勇気を見守り、励ましてください。

子どもたちは精一杯がんばっています。応援してください。

相手チームも大切な仲間です。両方の良いプレーに拍手を送ってください。

審判員も、子どもたちが思い切ってゲームができるように、良いゲームになるように、一生懸命務めています。頑張って勉強も準備もしています。応援してください。

フェアプレーはみんなの約束です。1人審判はみんなの協力で成り立つサッカーのすばらしさの証です。

運営の人達は大変です。子どもたちのために良い大会にしたいと頑張っています。ぜひ「おつかれさまです」と声をかけてください。

保護者の皆さん。いつもありがとうございます。子どもたちは皆、感謝しています。

サポーターも、すばらしいゲームをつくる大事を仲間です。爽快な良いゲームを！

ボールは僕の相棒であり、宝物。スパイクもバッグもお気に入り。大切にします。

すばらしいピッチ、きれいな施設。きれいに使う。ありがとうございます。

たくさんのチャレンジ。成功と失敗。達成感とくやし。勝っても負けても、すばらしい経験。子どもたちの成長をサポートできることは幸せです。

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

サッカーに
暴力も暴言も
いらない！



自分を成長させてくれた、大好きなサッカーだから
誰にもきらいになってほしくない！

【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)
努める(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) 戦術(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) 関わる(かかわる) 確認(かくにん) 強豪(きょうごう)
復活(ふっかつ) 一貫(いっかん) 球際(たまぎわ) 攻守(こうしゅ)
魅力(みりょく) 創出(そうしゅつ) 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) 繋ぐ(つなぐ) 礼節(れいせつ)
尊ぶ(とうとぶ) 諦めない(あきらめない) 体現(たいげん)
局面(きよくめん) 一喜一憂(いっきいちゆう) 停止(ていし) 奪う(うばう)
過程(かてい) 必然現象(ひつぜんげんしょう) 逞しい(たくましい)
お尻(おしり) 競り合い(せりあい) 気合い(きあい) 勇気(ゆうき)
重要不可欠(じゅうようふかけつ) 逆(ぎゃく) 笛(ふえ) 吹く(ふく)
戸惑う(とまどう) 共鳴(きょうめい) 推奨(すいしょう) 速やか(すみやか)
賛辞(さんじ) 見据える(みすえる) 体を張る(からだをはる) 厳禁(げんきん)
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) 頼る(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) 細かい(こまかい) 揺さ振る(ゆさぶる)
絶え間ない(たえまない) 走力(そうりょく) 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(なすとげる) 証(あかし)
清掃(せいそう) 目安(めやす) 継続(けいぞく) 言い訳(いいわけ)
無頓着(むとんちゃく) 権利(けんり) 面倒(めんどろ) 片付け(かたづけ)
後追い(あとおい) 聴く(きく) 傾ける(かたむける) 礼儀(れいぎ)
節度(せつど) 秩序(ちつじょ) 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) 聴く(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(けいぎ) 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)
継続(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(しゅつげん) 輝き(かがやき) 曇る(くもる)
暴力(ぼうりょく) 暴言(ぼうげん) 根絶(こんぜつ)