

2020 北海道レフェリーアカデミー 第1回(2019/20 第11回) 事業報告書

1 日 時 令和2年4月26日(日) 10:00~12:00 web上で実施

2 参加者 審判員：小松祐也、田口平蔵、牧田隆史、高橋海星
インストラクター：古曾部統太郎 氏、岡田渉 氏
オブザーバー：RDO 山崎裕彦 氏

3 研修内容

① ディスカッション ～ 古曾部統太郎 氏

(i) Tactical Fouls 映像を用いて、Holdingの反則で警告される事象を確認した。

相手の大きなチャンスとなる攻撃を阻止する… Promising Attack の阻止

”

妨害する… Tactical Fouls

※競技規則 P109

Tactical Fouls の考慮事項

「Promising Attack の阻止まではいかないが、攻撃側チームの期待できる利益を損ねる狙い
があつて行われた反則（妨害）かどうか」

- ・フィールドのどのエリアか？
- ・攻撃側に数的有利があるか？
- ・妨害することで守備の時間を稼げたか？
- ・ボールや相手競技者が前方に進むことを止められたか？
- ・守備側競技者が「やられた！」と思ったか？

(ii) オフサイド 映像を用いて、「相手競技者を妨害する」を整理した。

その位置にいることによって、相手競技者を妨害する

(ボールが相手競技者によって意図的にセーブされた場合)

※競技規則 P100

考慮事項 Consideration Points 2019/20

- ・その競技者はオフサイドポジションにいるか？身体のどの部分が？
- ・相手競技者が意図的にセーブしたボールを、前もってオフサイドポジションにいた競技者が明らかにプレーしようとしており、この行動が相手競技者に影響を与えたか？
- ・オフサイドポジションにいる競技者は、ボールに向かうことで相手競技者にチャレンジしているか？

※身体接触があれば、その程度に関わらずチャレンジしているとみなす

(iii) ドロップボール 映像を用いて、ペナルティーエリア内のドロップボールの再開方法を確認した。

○ボールに欠陥が生じた場合、プレーは停止される。プレーは、もとのボールに欠陥が生じた場所で、交換したボールをドロップして再開される。

○ボールがペナルティーエリア内にあった場合、ボールはペナルティーエリア内で守備側チームのゴールキーパーにドロップされる

※競技規則 P46,88

ペナルティーエリア内で攻撃側競技者がシュートし、ボールはゴールラインを越えた。しかし、シュートをした瞬間にボールが破裂したことを主審は認識した。再開方法は？

⇒ 得点を認めず、ボールはペナルティーエリア内で守備側チームのゴールキーパーにドロップされ、再開する。

ボールが審判員に触れ、競技のフィールド内にあり、

※競技規則 P91

- ・ チームが大きなチャンスとなる攻撃を始めるか
- ・ ボールが直接ゴールに入るか
- ・ ボールを保持するチームが替わる とき、プレーは停止され、ドロップボールで再開される。

主審がペナルティーエリア内にポジションをとって監視した結果、攻撃側のボールが当たり、上記の状況が発生した場合、守備側ゴールキーパーからのドロップボールで再開となる。
主審はペナルティーエリア付近を監視する際、そのことを十分考慮した上でポジションを判断すべきである。

② フィジカル講義「オフシーズンのトレーニング」 ～ 岡田 渉 氏

(i) POLAR tool を用いた振り返りのメリットとデメリット

<メリット> 他者と比較できる 数値化されることで明確になる など

<デメリット> トレーニングの内容が不明瞭 個人の設定が平等でない など

シーズンオフに入る前に設定した目標がどの程度達成できたか？

(ii) 【強化期：12～3月】の振り返り

	実施日数	合計平均	トレーニング時間(分)	距離(km)	HR		
					平均	最大	最小
A	14日/ 65日間	合計	483	46.77			
		平均	34.5	3.34	136	173	84
B	15日/ 65日間	合計	991	65.63			
		平均	66	5.05	143	214	53
C	27日/ 65日間	合計	3652	22.76			
		平均	135	7.59	138	226	39
D	27日/ 65日間	合計	555	91.73			
		平均	21	3.53	160	184	96

期間：12/14～2/16

(iii) 【専門期：3～4月】の振り返り

直近	実施日数	合計平均	トレーニング時間(分)	距離(km)	HR		
					平均	最大	最小
A	13日/ 28日間	合計	584	51.56			
		平均	45	4.30	128	166	81
B	9日/ 28日間	合計	313	43.61			
		平均	35	4.85	148	188	67
C	11日/ 28日間	合計	880	87.08			
		平均	80	8.71	150	223	42
D	21日/ 28日間	合計	471	85.20			
		平均	22	4.06	162	181	91

期間：3/16～4/12

(iv) アドバイス・・・この自粛期間をどう過ごすか

- ・ マイクロサイクル、メソサイクルの見直し（試合から逆算する）。
- ・ 週末に試合がある前提で、週末に負荷の高いトレーニングを計画する。
- ・ 最大心拍数を調べる。最大心拍数がわかれば心拍領域も明確化され、トレーニングの負荷を調整しやすくなる。

