

【事業報告書】

HKFA審判委員会 女子部

女子1級受験への道



女子1級のフィットネステスト基準

Speed Test : 40m 6.60秒以内 × 6本

Interval Test : 75m run 17秒・25m walk 22秒×40本 (400mトラック10周分)

5R ~一歩一歩着実に~

- 事業名 : 2022 女子審判員フィットネス研修会①
- 日時 : 2022年12月11日 (日)11:00~13:00
- 場所 : 北海道メディカル・スポーツ専門学校インドアスタジアム
- 講師 : 岡田 渉 氏 (サッカー2級インストラクター・フィジカルコーチ)
- 補助 : 今泉 祐哉 氏 (サッカー2級インストラクター・フィジカルコーチ)
- スタッフ : 大岩真由美 氏 (HKFA副会長・サッカーS級インストラクター)
- : 蝦名 隆幸 (サッカー2級インストラクター・フィジカルコーチ・女子部)
- : 大石かおり (サッカー2級インストラクター・フィジカルコーチ・女子部)
- オブザーバー : 一瀬 哲平 氏 (サッカー2級審判員)
- 参加者 : 阿部 美季 (サッカー2級審判員)



■参加者 (阿部美季) のコメント

今日は実際の女子1級基準で走ることができて、課題も沢山ありますが、体感出来たのが一番の学びでした。1人ではなかなか辛いタイミングもありましたが、一瀬君と岡田さんが一緒に走ってくれた事でメンタル的にも支えて頂き大変感謝しています。また、今回のために遠方から含め沢山の方に集まって頂き、サポートしてくださりありがとうございました。この状況に常に感謝の気持ちを持って、頑張っていきたいと思います。

■岡田渉氏 (フィジカルコーチ) より

日頃はフィットネス研修会の講師等を担当する機会が多いですが、今回審判員としてフィットネステストを走り、改めて審判員が日々過酷なトレーニングを自身に課し、自分と向き合えないとクリアできないと感じました。普段体験できない辛さや苦しさを味わうことが出来た事が一番の収穫です。そんな大きな学びの機会をいただいた女子部会に感謝したいと思います。また、今回感じた事を講師等の立場になった時には、審判員ファーストで運営していきたいと思っています。

■一瀬哲平氏より

この度は、女子審判員フィットネス研修会に参加させていただき本当にありがとうございました。オフシーズンにも関わらず、このような素晴らしい環境でインターバル・40Mスプリントを行える事は大変貴重な体験になりました。改めて、環境を整えることの重要性について学ぶ事ができたと思います。日々の生活でどれだけベストな環境を自分で整えていけるか、制限の中でどのようなアプローチを行うかなどについて見直していかなければならないと思います。新シーズンにベストを発揮できるよう開幕に向けてトレーニングを続けていきたいと思っています！

■女子部長 蝦名隆幸より

北海道という地域柄、オフシーズンに走路を確保してトレーニングを実施することは困難ではありますが、素晴らしい施設をお借りしフィットネス研修会を実施することができました。ハイテクACの竹内さんをはじめ、関係の皆様にご挨拶申し上げます。研修会には阿部美季審判員、ゲストに一瀬審判員が参加し、女子1級のフィットネステスト基準のスピードテスト・インターバル走を行い、コンディションを確認しました。大岩S級インストラクター、講師に岡田フィジカルコーチ、テスト補助として今泉フィジカルコーチ、女子部より大石氏と、多くのサポートをいただきました。今回の研修会で、各自のフィジカル面の長所や課題を把握するとともに、上記の方々からのご助言や励ましの言葉をいただいたことで、モチベーションも高まったことと想います。関係の皆様、本当にありがとうございました。

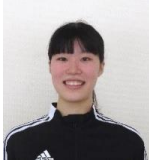
- 事業名 : 2022 女子審判員フィットネス研修会②
- 日時 : 2023年2月4日 (土) 11:00~13:00
- 場所 : 北海道メディカル・スポーツ専門学校インドアスタジアム
- スタッフ : 大岩真由美 氏 (HKFA副会長・サッカーS級インストラクター)
 : 蝦名 隆幸 (サッカー2級インストラクター・フィジカルコーチ・女子部)
 : 大石かおり (サッカー2級インストラクター・フィジカルコーチ・女子部)
- オブザーバー : 川合 信 氏 (空知FA審判長)
- 参加者 : 阿部 美季 大村 美詞 (サッカー2級審判員)



大村美詞さん 女子1級にチャレンジ!

■参加者 (大村美詞) のコメント

フィットネステストをクリア!



女子1級基準での走力試験を受験させて頂くことにあたって、北海道では外で走ることが出来ないということもあり、身体の準備にはとても苦労しましたが、何とかクリアすることができました。
 春から始まる実技試験に向けて、今から最大限の準備をして臨み、良い結果に繋がれるようにしたいです。頑張ります!!

■女子部長 蝦名隆幸より

今回のフィットネス研修会は、女子1級認定審査の候補者を決定する場でもあり、いつにも増して緊張感のある研修会となりました。前回に続き、女子1級のフィットネステスト基準のスピードテスト・インターバル走を実施しました。審判委員会女子部の大石副部長がエグザミナーとして補助していただき、大岩S級インストラクター、空知地区審判委員会の川合委員長も視察でお越しいただき、有意義な研修会となりました。

シーズン開始前の現時点での各自のフィジカル面のコンディションを確認し、実際に試合に臨む時に、よいパフォーマンスを発揮できるように分析してほしいと思います。

ご協力いただきました関係者の皆様、本当にありがとうございました。

女子1級 稲葉氏の活動報告

12月 3日	(宮城県)	皇后杯 2回戦	主審
12月10日	(兵庫県)	皇后杯 3回戦	副審
12月11日	(埼玉県)	WEリーグ6節	第四の審判
12月25日	(兵庫県)	WEリーグ7節	副審
12月30日	(兵庫県)	高校女子選手権1回戦	主審
12月31日	(兵庫県)	高校女子選手権2回戦	副審
1月 3日	(兵庫県)	高校女子選手権3回戦	副審
1月 7日	(神奈川県)	WEリーグ8節	副審



年末・年始に多く開催される全国大会に、毎週のように稼働しました!

■稲葉里美氏のコメント

皇后杯や選手権女子の大会を通じて、全国大会への参加が多くなり、怪我につながる可能性もあり、試合のない間の準備が大切であると感じたところです。

自分が担当した試合に関して、パフォーマンスにもばらつきがあり、事象に対しての予測だったり、必要に応じてタイミングで走り出せず適切な判定が出来ないこともありましたので、基本に戻り来シーズンのスタートに向けて、体力面でも準備していきたいと思いました。

- 大会名 : 高円宮妃杯JFA 第27回全日本U-15女子サッカー選手権大会
- 場所 : 岐阜県 グリーン・フィールド中池、長良川球技メドウ
- 日にち : 2022年12月10日(土)・11日(日)
- 参加者 : 長浜 杏名(2級審判員)

12/10 ジェフユナイテッド市原・千葉レディースU-15 対 FC今治レディースNEXT 主審

アセッサー：荒巻智彦氏

自己分析

試合前にフォトセッションやタペストリー交換等のセレモニーが多くあり試合までのカウントダウンが直前で変更になった。それに加えてメンバー表に不備があったことなども重なりキックオフ時間が3分程遅れてしまった。後半もロッカールームに引き上げていたチームを上手く誘導することができず遅れてしまい全体的に時間の管理が上手くいかなかった。前半の早い時間で選手とボールにぶつかってしまった。自分の予測したところにボールが入らずポジショニングがとても難しかった。オフサイドをキャンセルしたシーンがあり落ち着いて対処することができた半面、同じような場面で一度キャンセルしたものを採用してしまいタイムラグが生じて選手を混乱させてしまった。ファウルの基準は試合にマッチしているように感じているが、インストラクターからは笛を吹くタイミングがその後のボールの行先を見すぎて遅くなっていることを指摘された。二度アドバンテージを適用するシーンがあったが効果的に用いることができた。

12/11 常葉大学附属橋中学校女子サッカー部 対 大宮アルディージャVENTUS U15 副審

アセッサー：渡辺典子氏

自己分析

主審との差し違いがあった。フラッグアップする前からシークレットサインを出していたが見てもらえず、試合前に話しておくべきだった。選手が傷んで時間が止まった時のボールの管理やコーナーキック時に選手とコミュニケーションを取り主審を援助できたことは良かったと感じている。2点目のPKが与えられたシーンはDOGSOで退場となるべきシーンだったが私の位置からは事象がよく見えず主審を援助することができなかった。

研修を通して

2016年のインターハイ(広島県)以来6年ぶりに北海道を出て研修会に参加させていただきました。まずはこの研修会に私を推薦して頂いたことに感謝致します。コロナ禍での研修会ということもあり集合研修やプラクティカルトレーニングなどもなく試合と反省会だけの研修会となりました。オフシーズンに入った身体をまた走れるように戻すことは容易ではありませんでしたが、**12月のこの時期にサッカーができることへの喜びと新たに出会えた若い仲間たちからエネルギーをもらい**実りのある2日間を過ごすことができました。U15とはいえ全国大会へ勝ち上がってくるチームはどれもボールタッチやオフサイドの抜けだしなどとても上手でレベルの高さを感じました。

私の課題は中盤でのポジショニングです。どこにポジションを取れば良いかわからず立ち止まったところで選手のパスコースを消してしまったり、交錯してしまうことが多かったのですが、今回も同じように選手と交錯してしまい、今後も課題を解決していけるよう努力していきたいと思えます。

今回の研修に参加した他の研修生は若くして2級の資格を取得し今後女子1級資格取得に向けて地域での活動を頑張っている方々でした。**今後は自分の審判活動も続けつつ、そのような若く女子1級を目指す審判員を育成していく立場としても北海道の女子審判員の成長に携わることができればと考えています。**今回の経験を弾みとし、まずは来年のインターハイ北海道大会に向けて良い準備をしていきたいと思えます。改めまして今回の研修会に私を参加させていただき為に尽力して頂いた北海道サッカー協会の皆様に感謝いたします。

