

2025年度 第10回北海道レフェリーアカデミー 事業報告

報告者:鈴木辰汰(オホーツク地区)

【日時】2026年3月28日(土) 3月29日(日)

【1 日目】

会場:苫小牧東高校グラウンド

TOMASEI フットボールフィールド

時程:10:00 集合

10:40 試合実践 小樽潮陵高校 vs 札幌山の手高校

アカデミー生で主審を回し試合を行った。シーズン開幕に向けて前回までのアカデミーで学んだことの振り返りも含めいい機会となった。特に、攻撃側のチームのビルドアップ時のポジションに関しては改めて優先順位や配置を考えてとる必要があると感じた。

12:00 フィジカルトレーニング「新シーズンに向けて」

内容…12分間走×3セット

目的…速筋増殖、酸素能力の向上

強度…HR80%

負荷…12分で2800m程度 rest:2 分

13:00 昼食

15:20～ 試合実践

18:00 諸連絡・解散

【2 日目】

時程:9:45 集合

10:00 フィジカルトレーニング「新シーズンに向けて」

11:00 MTG「2026シーズンの確認」

11:30 昼食

13:00 試合実践

15:45 諸連絡・解散

〈1年間を通して〉

今回のアカデミーで2025年度のアカデミー初年度の活動が終了しました。今回のアカデミーは一日目の途中からけがで、見学となってしまいましたが、インカムがあったりほかの強化指定審判員やインストラクターがいたりと様々な刺激を受けることができました。特に、ポジショニングと動きに関してシーズンインに向けて確認する点が多くありいいイメージを持つことができる機会になりました。

今年度のアカデミーへの参加は自分の中でも非常に大きな挑戦になりました。沢山の失敗もありましたが、その分非常に大きな経験をさせて頂いており自分のレフェリングが変わっていていることを実感すること

ができています。次年度は自分の中でも大きなチャレンジの年と位置付けています。アカデミー1年間の経験を結果や実力へ結び付けていくために、自分の成長に繋げるために、選手たちが気持ちの良い試合ができるように全力を尽くしていこうと思います。また、今できている経験や体験談を地区に還元することも自分がアカデミーや強化指定審判員として活動している意義であると思うので積極的に共有・発信していこうと思います。

今年度の活動に多大なるご協力をいただきましたオホーツク地区サッカー協会の皆様誠にありがとうございました。