

第4回北海道レフェリーアカデミー活動報告書

オホーツク地区 鈴木辰汰

日時:2025年6月28日、6月29日

【1日目】

会場:札幌第一高校グラウンド、札幌市厚別公園陸上競技場サブグラウンド

時程:8:20 集合

11:30 移動

13:00 試合実践

17:45頃 諸連絡・解散

担当試合:2025年度 第49回総理大臣杯 北海道予選2回戦 札幌大学vs北海道教育大学札幌校(主審)

担当 ins:平石暁史 RAI

オブザーバー:三上正一郎氏(1級審判員)

〈自己分析〉

まずはワンサイドの試合であったものの非常にクリーンに両チームともやり切ったような雰囲気があらわれていたところは非常に良かったと考える。久しぶりの炎天下のゲームで体に適切なメンテナンスが出来なかったせいで後半の中盤あたりから胃がむかむかし始め脱水症状のような状態になったのは自分の甘さであるため次回はなくしたい。レフェリングに関して、沢山チャレンジができる非常に自分の中でも大切なゲームの一つになると思うゲームだった。しっかりと課題に向き合いトライ&エラーを起こしながら行えたところはこれからもこの気持ちを忘れずにやっていきたいと感じた。

〈ins 分析〉

試合展開が一方向的であった中でも、両チームの姿勢が最後までフェアであり続けた点をしっかりと捉え、試合全体に対する視点を持っている点は非常に良い印象を受けました。また、自身のレフェリングにおいても、積極的にチャレンジを重ね、トライ&エラーを通じて課題に向き合おうとする姿勢は、今後の成長に繋がる重要なプロセスといえます。一方で、運動量やスピードの変化、動き出しのタイミング、体の向きなどボールの位置に対するポジショニングと動きにおいては、改善が必要です。①副審と異なる角度で監視する、②ボールと競技者の位置に従って監視する角度と距離を変える。③レフェリーサイドへの動き出しを改善する。この3つを次の試合で改善していただければと思います。この試合で得た前向きな感覚を大切に、さらなる挑戦に期待しています。

【2日目】

会場:札幌市手稲コミュニティセンター多目的ルーム

時程:9:30 集合

9:40 前日の試合の振り返り

10:30 講義①『レフェリーのためのスポーツ栄養学』

担当:株式会社明治 宇井美華様

12:40 講義②『「ホールディング」「ヘディングの競り合い」の基本を整理する』

担当:古曽部統太郎 RAM

13:45 講義③ 英会話&演劇『テーマ「なりきる」』

担当:札幌稲雲高等学校英語科教諭 高橋玲衣氏、佐々木真樹氏

15:10 解散

〈講義①感想〉

本講義では、レフェリーのための栄養学と題し、審判員として必要な栄養素は何かを自分の体で不安視している部分から何を取ればいいのかを学び、具体的な献立例を見て自分たちの日頃の食事と比較し、これからどのような栄養素を取るべきかを学んだ。また、特に不足しがちな栄養素の例として「タンパク質」を取り上げ、手軽に摂取できるプロテインについて紹介して頂き最後には試飲をさせて頂くことができた。食事も審判員として非常に大切な要素の一つであるので今回の講義で自分のことを見つめ直すきっかけのようことを学ぶことができた。

〈講義②感想〉

本講義では、「ホールディング」と「ヘディングの競り合い」について判定する上で必要な基本事項について参加審判員でディスカッションした後、前日の試合で今回の内容に該当する例を用いて分析していった。この二つの反則は試合の温度に直結する審判員としても選手、チーム関係者からしても非常にデリケートな部分であるということを念頭に置いて学んでいった。「ホールディング」では選手に影響を与えるということはどういうことかということから、反則する競技者の心理状況を読み取る、ということまで考えを深めた。「ヘディングの競り合い」では第一の選手の安全ということ審判員として第一に考えて判定することを改めて再認識するような機会になった。

〈講義③感想〉

本講義では「なりきる」ということをテーマにまずは普段使うことのない英語を使って言葉を、意思を伝える活動を行った。上級の審判員を目指す中でいつかはぶつかる言語の壁にこの段階で体験することができた貴重な経験となった。次に、身振り手振り表情で言葉を使わずに相手に考えや思いを伝えるという活動を行った。審判を行う中でマネジメントの際に必要なボディーランゲージや表情管理を終始和やかな雰囲気で行うことができた。その中でも、効果的に相手に思いを伝えるためにはどうしたらよいか等を考えながら活動することができこれからの審判活動に必ず活きる活動になった。

〈全体を通して〉

今回第4回 RAC に参加させていただきました。試合実践では今自分が悩んでいる「ビルドアップ時の立ち位置」「バイタルエリアでの立ち位置」「先読み(予測)」という自分の課題が露呈し向き合うことができた試合でした。インストラクターの方のアセスメントを受けるだけでなく、現役1級審判員の方からも助言を頂くことができ、RAC に参加している意義を感じることができました。この経験や課題に対して向き合うのは自分次第。ここからさらに成長するためにも審判員とは何かを考えながら行っていきたいと思いました。

又、講義では栄養学であったり演劇といった一見審判員にとって必要なことなのかと疑問を持つようなものですがその意義や意図を汲み取り審判活動に活かすということを考える機会になりました。試合の日にただ審判をするのではなく日常から審判は始まっていることを再認識する機会になりました。

今回派遣して頂いたオホーツク地区サッカー協会の皆様、担当して頂いたインストラクターの皆様、試合の機会を頂きました試合運営関係者の皆様、チーム関係者の皆様誠にありがとうございました。