

RESPECT
大切に思うこと

選手のための ハンドブック

スポーツはみんなのもの
誰もが安心・安全に楽しむ権利



公益財団法人 日本サッカー協会の公式ホームページ
<http://www.jfa.jp/>

公益財団法人 日本サッカー協会
〒113-8311
東京都文京区サッカー通り（本郷3-10-15）JFAハウス
TEL. 03・3830・2004 FAX. 03・3830・2005



公益財団法人 日本サッカー協会



選手のための 目次 ハンドブック

JFAの理念

サッカーを通じて豊かなスポーツ文化を創造し、
人々の心身の健全な発達と社会の発展に貢献する。

JFAのビジョン

サッカーの普及に努め、スポーツをより身近にすることで、
人々が幸せになれる環境を作り上げる。
サッカーの強化に努め、日本代表が世界で活躍することで、
人々に勇気と希望と感動を与える。
常にフェアプレーの精神を持ち、国内の、
さらには世界の人々と友好を深め、国際社会に貢献する。

JFAのバリュー

エンジョイ	スポーツの楽しさと喜びを原点とすること
プレーヤーズファースト	選手にとっての最善を考えること
フェア	オープンかつ誠実な姿勢で公正を貫くこと
チャレンジ	成長への高い志と情熱で挑戦を続けること
リスペクト	関わりのあるすべてを大切に思うこと



目次……3

スポーツは **みんな** のもの

大好きなスポーツを楽しむことは、権利……4

子どもたちから
指導者に、お願い……6

よい指導者とは……8

試合に出て
力を試すチャンス……10

自分に合った
よいクラブを選ぼう……12

暴力・暴言はいらない……14

スポーツは本来……16

みんな、大切なひとり……18

相談しよう……20

リスペクト
—大切に思うこと……22

代表選手からのメッセージ……24

自分自身のリスペクト宣言……30

大好きなスポーツを楽しむことは、権利

君たちには権利がある。
大好きなスポーツを
楽しむ権利がある。

そのためには、まず
安心・安全であることが大事。

権利ってなんだろう？

誰もがみんな、いろいろな権利をもっています。例えば、人間らしく
幸せに生きていくための権利は全ての人にもっています。この権利を
人権といいますが、これは日本国憲法によって保障されています。

子どもたちから 指導者に、お願い

サッカーが大好き。

試合がおもしろい。
いろいろな人と出会える。一緒にプレーできる。
いいパスが出せるときもちい。
点がとれたらうれしい。
仲間とところが通じ合うとうれしい。
将来はサッカー選手になりたい。
プロ選手になりたい。代表選手になりたい。
海外でプレーしたい。

もっともっと うまくなりたい。

うまくなりたいと思って、一生けん命に練習する。
うまくなるために、手を貸してほしい。
よい指導をしてほしい。
今の自分の成長とレベルに合った、
適切な働きかけをしてほしい。



何がよかったか、 何をどうしたらもっとよくなるか、 具体的に伝えてほしい。

自分で一生けん命見つけるけれど、がんばってみるけれど、
助けてほしい。

わかりやすい言葉や見本で、わかるように伝えてほしい。

1回ではできるようにならないかもしれないけれど、

すぐにおこらないで見ていてほしい。

失敗するとおこられたり、あきれられたりするのがこわい。

どうしてできないんだ、とか、

どうしてわからないんだ、とか言わないでほしい。

どうしてなのか、自分にだってわからない。

プレー中、どなられるとその声を気にしてしまう。

それしか考えられなくなってしまう。

自分がやろうと思うことと違うと、とまどって失敗して、

またおこられてしまって、ぼくだって本当がっかりだ。

きんちよう
緊張すると、よけい失敗してしまうんだ。

失敗はこわいけれど、思いきってやってみたい。

だって、サッカーとかスポーツって、ゲームって、

そういうものだよね。

よい指導者は

よい指導者は、
勉強している。学び続けている。

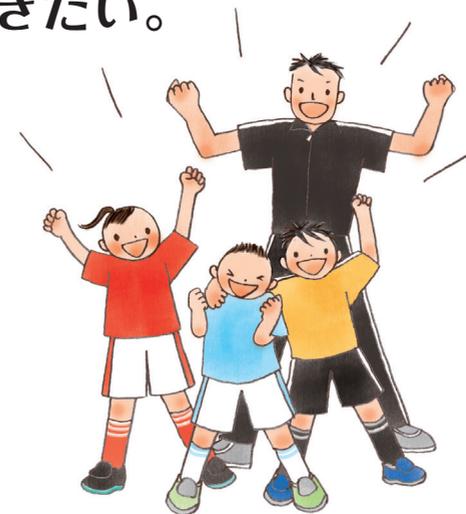
サッカーの中身はもちろん、
子どもたちがどのように成長していくのか
どのように学ぶのか。
勉強して、よりよい指導を目指している。

そして、日々、

君たち一人ひとりの成長に寄りそい、
見守ってくれる。

練習にも試合にも、
たくさんいろいろな準備をして取り組んでくれる。
だから今日も、思いきりサッカーを楽しむことができる。
そして、チームスポーツであるサッカーを通して
人として大切ないろいろなことを教えてくれる。
その言葉のとおり、自分自身も行動している。

見本であり、尊敬できる人。
将来、自分も、
こんな指導者になってみたい。
大好きなスポーツに、
関わっていききたい。



指導の勉強ができます！

公認キッズリーダー養成講習会

幼稚園～小学校低学年の指導について、
半日で学ぶ講習です。16歳以上であれば
だれでも参加できます。

公認D級コーチ養成講習会

小学生年代の指導を中心とした指導の基
本を、2日間で学ぶ講習です。18歳以上
であればだれでも参加できます。



くわしくはこちら
<http://www.jfa.jp/coach/official/training.html#kids>

試合に出て 力を試すチャンス

練習したことを、試合で試す。

次の試合でもっとうまくできるように、練習する。

試合に出てプレーして、

自分自身の目標がもてる。

これはスポーツを楽しむうえで、大切なこと。

子どもに合ったゲーム。

みんながたくさん

試合に出られるように

人数に合った指導者、

人数に合ったチーム。

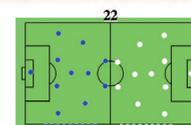
たくさんいたら複数のチーム。



みんなが楽しめる試合をしています！

子どもに合ったゲーム

みんながたくさんボールにさわってたくさんプレーに参加できるように、8人制や、その他の少人数制のゲーム（人数や広さを小さくしたゲーム）をしています。



Maximum Participation, Maximum FUN

みんながたくさんゲームができるリーグ

勝っても負けても次の試合に向けて準備をしながら、たくさんいろいろなチームとゲームができるよう、リーグ戦を行っています。



みんながプレーできるよう、大勢いたら複数のチームをつくって参加することを推奨しています。

くわしくはこちら
<http://www.jfa.jp/documents/guideline/>

自分に合った よいクラブを選ぼう

自分に合ったクラブを選ぼう。

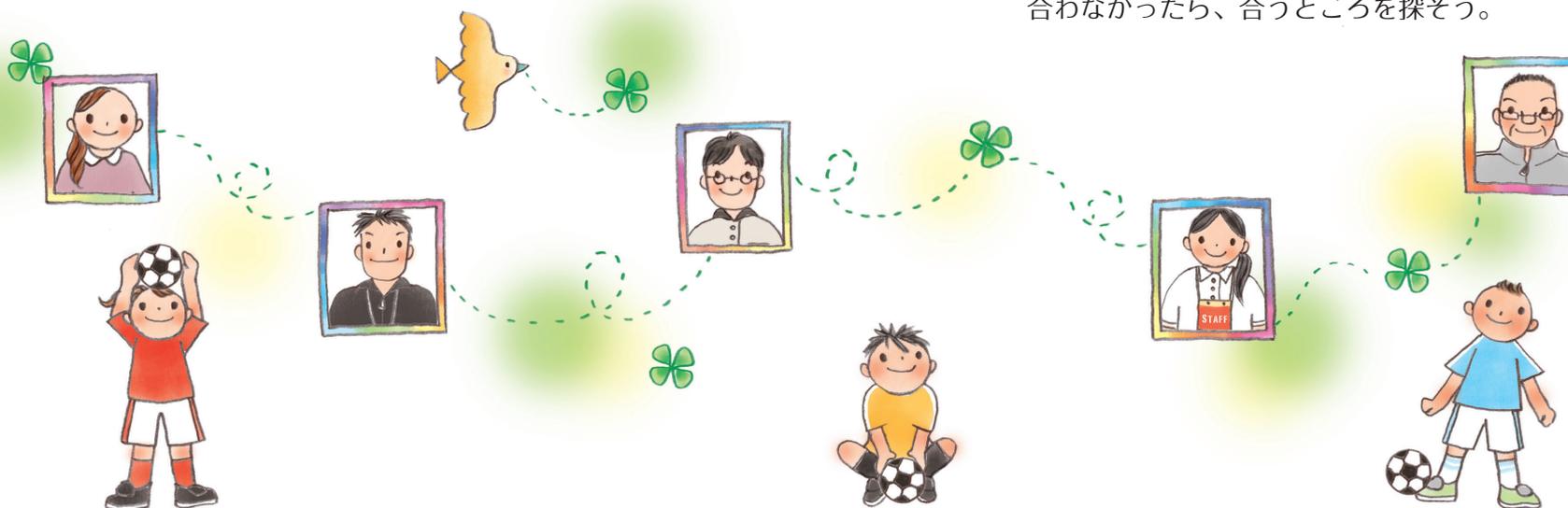
クラブのルール、約束ごとを、はじめに確認しよう。

いろいろなクラブがある。

自分に合ったよいクラブを、自分自身の目で確かめよう。

その約束ごとは、クラブに関わるお互いの約束。

はじめに確認し、わかり合うもの。



よいクラブには、 よい指導者がいる。

情熱があり、みんなの成長を願うよい指導者がいる。

勉強している指導者がいる。

指導者が十分にいて、一人ひとりを助けてくれる。

試合の機会が十分にあり、成長できる。

安心・安全を担当する人がいる。

健康・安全にも取り組んでいる。

クラブで「リスペクト」を 大切にし、考え、行動している。

一人ひとりには、いろいろな目標がある。

自分に合うクラブを見つけよう。

合わなかったら、合うところを探そう。

暴力・暴言はいらない

サッカー、スポーツには、

暴力・暴言はいらない。

みんなの手で、なくそうとしている。

君たちにも協力をしてもらう必要がある。

**暴力を、
しない、させない、許さない。
暴言も同じ。**

自分がしないのはもちろんのこと、人にもさせない、
あることを許さない。

大人もしない。選手である君たちもしない。

選手同士でも、絶対にしない。

人がしたからといって、しない。

人にされたからといって、しない。

見て見ぬふりもしない。

サッカーはみんなのもの。

誰からも取りあげることはいできない。

**サッカー、スポーツは
すばらしいもの。
そのすばらしさを守るのに、
みんなの力を貸してほしい。**



スポーツは本来…

サッカー、スポーツは、
自分自身が楽しくて、やりたくて、やるもの。
開放的で、爽快で、達成感のあるもの。
勝ったり負けたり、
うれしかったりくやしかったり、

こころが大きく動く、
たくさんの経験ができるもの。
大切なものを
たくさん見つけられるもの。

相手をおとしめるのではなく、
自分自身を高めて勝つことをめざすもの。

ルールのもとで競うもの。

ルールを破ったら、スポーツは成り立たない。

相手を傷つけて勝っても、それは力にはならない。



フェアプレー、グリーンカード

ルールはみんなでスポーツを楽しむための大切な約束ごと。
フェアに戦って勝つこそ、ゲームをプレーする意味があります。

グリーンカードを知っていますか？

イエローカード、レッドカードとはちがって、よいことをほめたり感謝したりするカードです。



くわしくはこちら
http://www.jfa.jp/football_family/respect/fairplay.html

みんな、大切なひとり



みんなが大切なひとり。

どこで生まれようが、
大きくたって小さくたって、
性別だって関係ない。
肌の色が何色だって、
障がいがあってもなくても、
みんなみんな、



**みんな、君と同じように、
それぞれが大切なひとり。**



人が大切にしているものは、
自分が大切にしているものと、
同じように大切。

**みんな、それぞれのプレー。
みんな、それぞれの意見。
みんな、それぞれの想い。**



サッカーはみんなのもの。
サッカーを楽しむことはみんなの権利。
誰もそれをじゃますることはできない。



**考えよう 相手の気持ち
育てよう 思いやりの心**

人権啓発ビデオギャラリー

法務省人権擁護局では、相手に対する思いやりの心を育むことなどを目的とした人権啓発ビデオを作成の上、公開しています。

▼くわしくはこちら

<http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken96.html>

相談しよう

安心・安全が保たれないような何かがあったら、相談しよう。

**自分が困ったら、
仲間が困っていたら、相談しよう。**

気になることがあったら、なるべく早く相談しよう。



仲間に。
保護者に。
指導者に。
クラブの、安心・安全担当者に。
大会の、安心・安全担当者に。
日本サッカー協会にも、相談窓口がある。

**君たちが相談してくれることは、
とても大事なこと。
サッカー、スポーツでの
正義を守る、勇気ある行動。**

協力して解決しよう。
そして、スポーツそのものを、
心おきなく楽しめるようにしよう。

暴力根絶相談窓口があります！

連絡先

電話番号：03-3830-1823

ファックス番号：03-3830-2005（報告用紙あり）

※番号はくれぐれもお間違いのないよう気をつけてください。

▼くわしくはこちら

http://www.jfa.jp/violence_eradication/



リスペクト —大切に思うこと

大好きなサッカーを楽しむために大切なもの。

仲間を
対戦相手を
指導者を
審判を
運営をしてくれる人を
家族を
応援してくれる人を
施設を
道具を



サッカーを通して出会った人、
ものを、大切に思う。
きっと一生のたからものになる。

全力をつくして勝利をめざすこと。
それがサッカー、スポーツを大切にすること。

日本は、フェアで強いサッカーをめざしている。
君たちも、その一員だ。

リスペクトを忘れない選手が、
本当に強い選手になれる。

リスペクト

日本サッカー協会では、「リスペクト—大切に思うこと」をととても大事にし、サッカー仲間力を借りて広めようとしています。仲間になってくれる人は、ぜひリスペクトF.C. JAPANに参加してください。フェアで強い日本をめざし、がんばりましょう！



RESPECT
大切に思うこと

くわしくはこちら
http://www.jfa.jp/football_family/respect/
<http://www.respectfc.jp/>

代表選手からのメッセージ



長谷部 誠

リスペクト F.C. JAPAN トップチームキャプテン
SAMURAI BLUE (日本代表) キャプテン
フランクフルト (ドイツ)

リスペクトするということは、 相手の立場に立ちその想いに寄り添い接すること

僕自身、今までのサッカー人生を振り返ると、本当に素晴らしい指導者、チームメイト、周りの方々に恵まれてきたと思っています。

リスペクトするということは、相手の立場に立ちその想いに寄り添い接することだと思っています。その相手が子どもであったりする場合は、特にその必要性を感じます。

人は他人と関わりあって行く中で人として成熟していきます。

サッカーを通し、人と人とお互いを尊重し合い成長していくこと。僕もサッカー選手として、一人でも多くの方がそう思ってくれることを願っています。



川島 永嗣

SAMURAI BLUE (日本代表)
ダンディー・ユナイテッド (スコットランド)

一人の人間としてどうあるべきか、 周りの人達をしっかりと尊敬し、お互い協力し合うこと

日本での暴力的な指導に関するニュースを聞き、日本を出て海外でプレーする日本人の一人として、何より一人のサッカー選手として 非常に心を痛めています。

日本代表としてプレーすること、海外のチームで日本人としてプレーすること、様々な経験を通してサッカーの持つ力の大きさを感じずにはいられません。サッカーを通して、日本だけでなく多くの仲間に出逢えることができたし、素晴らしい指導者の方達と出逢うことで一人の人間としてどうあるべきか、周りの人達をしっかりと尊敬し、お互い協力し合うことが いかに大切かを学びました。今日たくさんの日本人プレーヤーが海外で評価されています。そして同じように将来有望な日本の子ども達もまた、海外で認められてきていることを実感しています。これからもたくさんの日本人選手がJリーグや海外のチームで活躍していつてもらいたいという気持ちは大きいですが、サッカーというスポーツを通して、暴力などではなく多くを学んで、様々なフィールドで活躍する子ども達が育っていつてくれることを願っています。



宮間 あや

なでしこ JAPAN
岡山湯郷 Belle

家族や世界中のたくさんの仲間達に 心の財産をたくさんもらってきました。

私は現在29歳で、女子サッカーをしています。小学校1年生からサッカーを始め、楽しい思い、辛い思い、色々な経験をしてきました。そんな中、どんな時でも自分自身を支え続けてくれているのは、いつも自分を信じてくれる家族の存在。日頃の何気ない会話の中で友人や指導者の方が伝えてくれる言葉。これらがなければ私は今もボールを蹴り、走り続けている自分を想像することすらできません。1人の人間としてお互いの存在を認め合い、思い合うことができたら、たとえ求めていた結果をすぐに出すことができなくても、心の大きな財産になると思います。自分自身、家族や世界中のたくさんの仲間達にそういう財産をたくさんもらってきました。

私はサッカーをしているので、サッカーファンの方やサポーターの方々の熱く温かい声にも何度も心を救われました。私も1人の人間として、またサッカー選手として、そう思ってもらえるような人間でありたいと思っています。



川澄 奈穂美

なでしこ JAPAN
INAC 神戸レオネッサ

お互いを“サッカー仲間”として リスペクトしあい成長していくこと

私自身、“感謝”や“リスペクト”を大切に、サッカーと共に歩んできました。選手として、仲間、指導者、チームスタッフ、さらには対戦相手など、様々な人たちに支えられサッカーをすることができることに日々感謝しています。立場や年齢にとらわれることなく、お互いを“サッカー仲間”としてリスペクトしあい成長していくことが、日本サッカー全体の成長へとつながることを願っています。



