

『なぜ、FC アーレはリフティングの回数に拘るのか？』

なぜFC アーレでは、リフティングテストを月に1回実施して、個々の記録を表彰してきたのかをお話したいと思います。

回数を増やすためには・・・？

サッカーボールに沢山触る機会が必要。

練習する機会を持つためには・・・。

自ら時間を作る必要がある。

練習会の始まる前、後、又は練習会以外の時間に自ら時間を作る etc

練習する場を自分で作り、自分で目標を設定する。

サッカーの基礎として、大事なリフティングです。

いろんなリフティングの技がありますが、アーレが一番オーソドックスな「回数」に拘ることで、子どもたちで回数を競いあうことができ、回数で順位がしっかりと表わすことができます。

「リフティング」は、自分の目標回数によって頑張る気持ちを育み、自分より回数ができる仲間の頑張りを認めることができ、子どもたち自信の行動から大きく成長できると考えます。

リフティングのチャレンジ『フロー』

練習する場を自らつくる ⇒ 練習する ⇒ ボールの感覚が養われる ⇒ 少しずつ回数が増える ⇒ 目標の回数を設定しだす ⇒ 目標のリフティング回数ができるようになる ⇒ 自分に自信がつく ⇒ 個人のスキルがアップする ⇒ 上手くなることでいろんな人たちに自分が認められる ⇒ 努力することで結果がでることに気づく ⇒ チャレンジ精神が育まれる ⇒ 自分でチャレンジの場をつくる ⇒ アピールする機会ができ様々な経験ができる ⇒ 結果「自分自身の様々な行動や警官から大きく成長することができる」

小学生年代の指導の場面を今まで多く見てきましたが、指導者が子どもたちに「どうしろ！ どうしろ！」と教え込む指導の場面を良く見ます。

この指導はどうなんでしょう？言われたとおりにプレーすることが良いと思い、指導者に

言われたようにプレーします。言われないとできない選手へ・・・。

こんな指導に私は疑問を持ちます。

子どもたちが個々に頑張った成果をしっかりと表彰し認めてあげる機会として、これからもリフティング回数に拘り、テストを実施していきたいと思います。

代表 設楽 力

T6 クラス渡辺望祥くん（小学5年生）の例として

8月10日（日）に実施した月に一度のリフティングテストで、彼は「4161回」リフティングを落とさずにやりました。

彼は10年間のアーレの歴代記録1位保持者ですが、さらに記録を更新しました。リフティングの時間は42分間です。10分間で1000回のペースです。

私が今回、回数を数える担当でしたので、この40分間の様子を良く見ていました。

何回も落としそうになる場面がありましたが、集中して安定したリフティングに戻し、最後は集中力が切れてしまったようなボールの落下でした。

彼の顔つきはものすごく集中している状況で、5年生の子どもの集中力として素晴らしいものがありました。

リフティング回数は自分で目標を持ち、チャレンジする姿勢がないと回数を増やすことができず、また回数に拘る気持ちも持てません。

上記で述べたように、リフティング回数に拘ることで得られる成長を彼が証明してくれているようで、今後の成長が楽しみです。

