



nova 2010 判断力の育成（詳しく・実践的）

スライド1：【定義】判断力とは何か？

スライドタイトル：⚽ 判断力の育成（基本定義）

サブタイトル：サッカーと人生に直結する「生きる力」を育てる

構成要素	内容
中央メッセージ	判断力＝「状況を理解し、選択肢を比較し最適な行動を選ぶ力」
育成の目的	・単にプレーの精度を上げるだけでなく、**「自立した選手・人間」**を育てる ・サッカーの現場だけでなく、学校生活や社会で生きる力へ繋げる
成長のサイクル	① 状況把握 ⇒ ② 選択肢比較 ⇒ ③ 決断・実行 ⇒ ④ 振り返り・改善



nova 渋谷 判断力の育成

スライド2：【実践】判断力を高める3つのステップ

スライドタイトル：⚽ 判断力を高める3段階のアプローチ

ステップ	指導・トレーニングの具体内容
STEP 1：状況を読む力 (情報を集める)	首を振る・視野を広げる習慣化 ・ ボールを受ける前に周囲（味方・相手・スペース）を確認 ・ 「攻める/守る」「余裕がある/ない」を瞬時に分類する
STEP 2：選択肢を比較する力 (選択肢を持つ)	「なぜそのプレーを選んだか」の言語化 ・ パス、ドリブル、シュートなど常に複数の選択肢を用意 ・ 結果ではなく**「選択の理由・質」**を評価する
STEP 3：最適な行動を選ぶ力 (プレッシャー下での決断)	制限のある実戦形式でのトレーニング ・ 制限時間・タッチ数・人数の制限の中で瞬時の決断を促す ・ 「判断 ⇒ 行動 ⇒ 振り返り」を高速で回す



nova 2010 判断力の育成（詳しく・実践的）

スライド3：【指導方針】「自立」に引き寄せる声かけと環境

スライドタイトル：⚽指導者の関わり方とチーム環境

サブタイトル：指示待ちにならず、自ら考え行動する選手を育てるために

【従来の指導】

指示を与える（「～しなさい」）

失敗を責める

答えをすぐ教える

—— 指向 ——▷

—— 変革 ——▷

—— 成長 ——▷

【当クラブの指導】

問いかける（「今どう見えた？」）

挑戦と意図を評価する

自分で気づく時間を確保する





nova 2010 判断力の育成

スライド4：【まとめ】判断力の育成がもたらす未来

スライドタイトル：⚽まとめ：サッカーを通じて育つ「自立心」

項目	選手が得られる変化・成長
オンザピッチ（グラウンド内）	プレッシャー下でも落ち着いてプレーを選択でき、自分で局面を開ける選手になる。
オフザピッチ（日常・社会）	他人の指示を待つのではなく、自分で状況を読み、決断し、責任を持って行動できる人になる。

