

サッカー活動再開のためのガイドライン

市川市サッカー協会第四種委員会

1 ガイドライン策定の趣旨

市川市の子どもたちが、サッカーの魅力や楽しさを実感できるような環境を構築していくために、各チームの指導指針の参考となる「新しいサッカー活動の在り方」の基本ラインを示す。

新型コロナウイルスの感染拡大防止対策の影響で、中止あるいは延期されていた様々な活動や行事は、夏に向けて徐々に再開されつつある。市川市における少年サッカーの活動も、市内公立学校や施設開放団体の活動再開に伴い、子どもたちの安全を最大限に考慮しながら、段階的に再開していく意向である。

市川市サッカー協会第四種委員会は活動再開にあたり、子どもたちが安心してサッカーを楽しむことができる環境を構築していくための「新しいサッカー活動の在り方」の基本ラインとして、本ガイドラインを策定した。このガイドラインを参考に、各少年サッカーチームが自チームの実態に合わせた「感染予防対策」を講じ、子どもたちが再び、サッカーを楽しめる環境を整えてもらうことが、本ガイドライン策定の趣旨である。

2 活動再開に当たっての基本方針

- (1) 子どもたちの安全を最優先する
- (2) 段階的に活動を再開し、状況を見ながら通常の活動に移行していく
- (3) 感染防止に伴い、選手の一部が差別などの不当な扱いを受けることのないよう配慮する

3 感染防止の4つの基本的な行動

- (1) 3密(密集・密閉・密着)をできるだけ避ける
- (2) 手洗いの慣行
- (3) 共有する道具や場所の消毒
- (4) 状況に応じたマスクの着用

★ (4)マスクの着用について

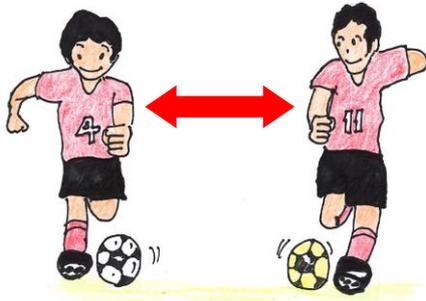
・マスクの着用は、コロナウイルス感染防止に対しては有効な方法であるが、その反面、気温が高い夏場は「熱中症」のリスクが高まる。特に、体温調整がうまくできない子どもは、熱中症が重症化しやすい。マスクの着用は、それだけで高温多湿な状態を生み出すため、マスクをつけての運動は、熱中症を発症するリスクがかなり高まると考えなければならない。

以上のことを踏まえ、夏場のトレーニング(以下 TR.)では、次のような条件を整え、できるだけマスクを着用しないで行うことが望ましい。

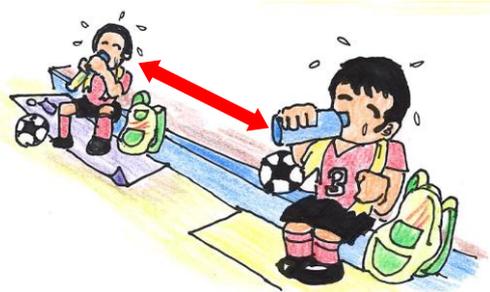


●マスクを着用しない場合は…

- ①フィジカル・ディスタンスを充分にとる
- ②水分補給や食事などの際にも十分なフィジカル・ディスタンスを確保する。そのために、練習開始前の荷物や水筒の置き場所をあらかじめ離しておくように指導する。
- ③マスクはどんな時に着用し、どんな時は外して良いのかを子どもたちに理解させ、子どもたちが、マスク着用のタイミングを、自ら判断できるようにすることが望ましい。
- ④マスクを外した時の管理の方法(ポケットに入れる等)もきちんと指導する。



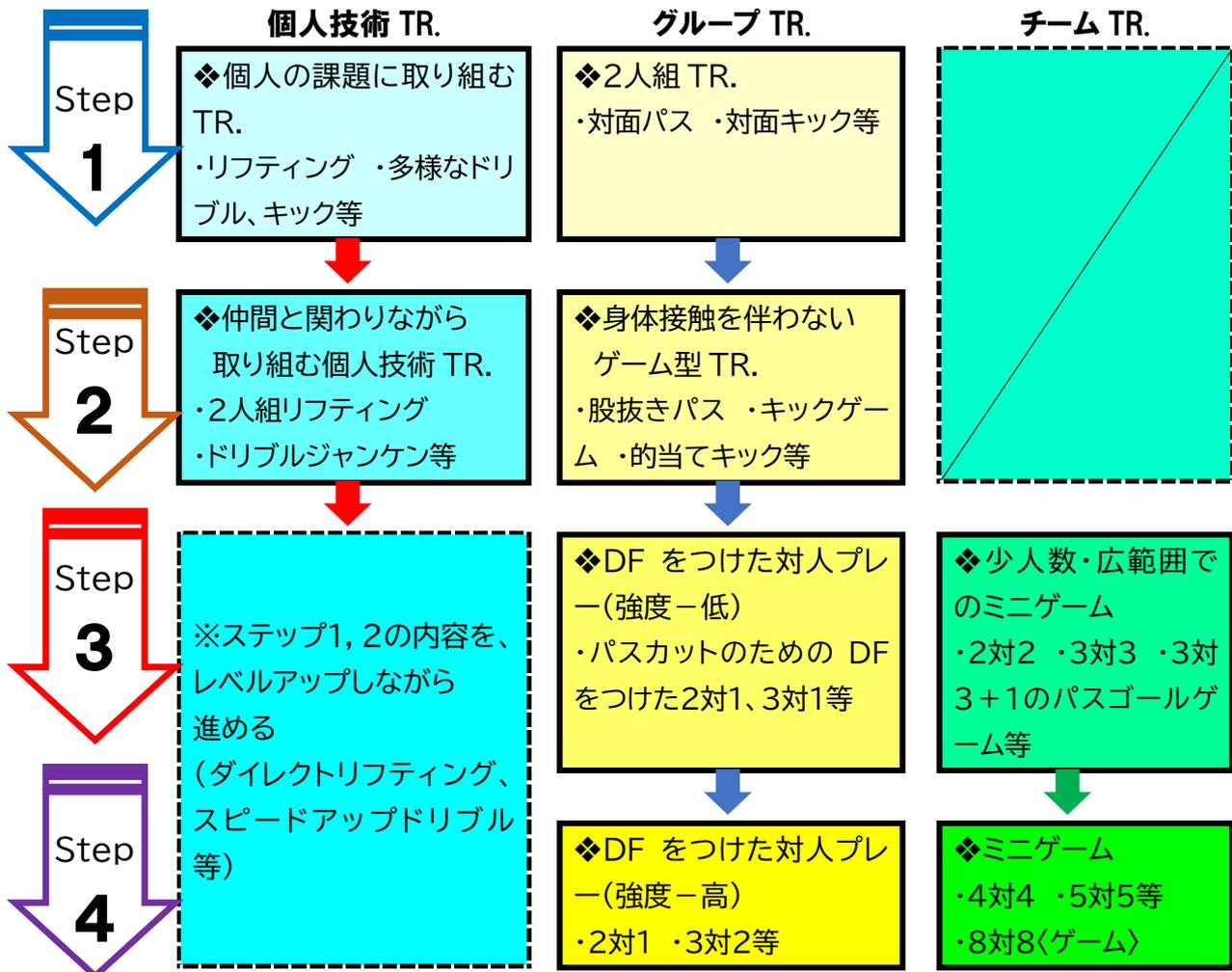
TR.中のフィジカル・ディスタンスを確保する



荷物や水筒の置き場所をあらかじめ離しておく

4 活動再開のための4つのステップ ※一つのステップは1～2週間が目安

●活動再開に際しては、次のような段階を踏んで、通常の活動に近づけていくようにする。



★TR.の段階的レベルアップの例

【TR.例①】 2人リフティング・パス

★レベルアップ →どちらかはバーの下を
ゴロで通す 4人組で行う 等



【TR.例③】 股抜きパス

★レベルアップ →足の幅を狭くする
距離を遠くする 真ん中の人動く 等



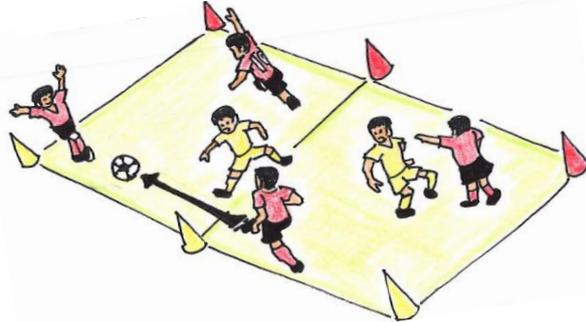
【TR.例②】 ジャンケンドリブル

★レベルアップ →コーンの幅を狭くする
コーンの角度をつける 等



【TR.例④】 連続 2 対 1(ボールを移動させながら、
2つのコートで 2 対 1を行う)

★レベルアップ →コートを狭くする 人数を増やす等



★段階的な活動再開のスケジュール例

月	火	水	木	金	土	日	
活動停止中						6/20 チーム ミーティング	21
22 施設 開放委員会	23 休	24 休	25 4・5年 STEP1	26 6年	27 全学年	28 全学年	
29 6年 STEP1	30 休	7/1 休	2 4・5年	3 6年	4 全学年 STEP2	5 全学年	
6 4・5年 STEP2	7 休	8 休	9 4・5年	10 6年	11 全学年	12 全学年	
13 6年 STEP3	14 休	15 休	16 4・5年	17 6年	18 全学年	19 全学年	
20 4・5年 STEP3	21 休	22 休	23 全学年	24 全学年	25 全学年 STEP4	26 練習 TM	
27 6年 STEP4	28 休	29 休	30 4・5年	31 終業式 6年	8/1 全学年	2 全学年	

5 感染防止のための対策

(1) 1回のトレーニングの流れに沿った感染防止対策

トレーニングの流れ

感染防止対策

▼指導者 ●子ども

グラウンドに
来る前に…

- 自宅で検温し、37℃以上の場合、平熱でも自分や家族、身近な人が体調不良の場合も練習には参加しないようにする。
- 状況に応じてマスクを着用する。
- 選手同士が一緒の車で来ない。
- 自宅から練習着に着かえた状態である。

グラウンドに
着いたら…

- ▼ 密にならないように入り口から出口までの動線を決めておく。
- ▼ 参加者を把握する(名簿などをチェックする)。
- グラウンドへは TR.開始 10 分前に来る。それより早く来ない。
- 入口の消毒液で手を消毒してからグラウンドに入る。
- 荷物や水筒は密にならないように、距離を取って置く(個人のシートを持ってくると良い)。

トレーニングが
始まったら…

- ▼ 段階に応じた TR.メニューを行う(下記★1参照)。
- ▼ フィジカル・ディスタンスの確保に努める(1~2m程度)。
- ▼ 指導者の立ち位置に配慮する(風下、見わたせる位置)。
- ▼ ヘディング練習は避ける。
- ▼ 用具の準備はできるだけ指導者が行う(最初に設定して動かさないようにするのがベスト)。
- ▼ グループの組み換えを頻繁に行わない。
- 水筒やタオルの共有はしない。
- プレー中はマスクを外してもよいが、その場合は十分なフィジカル・ディスタンスをとる(前述【マスクを着用する際の留意点】を参照)。
- 待機位置での密を避ける。
- 自分のボール以外はできるだけ手で触らないようにする。
- ハイタッチ、ハグの禁止。
- プレー中のコンタクトは、顔に触れないように気をつける。
- トイレに行くときは、多人数では行かない。

トレーニングが
終わったら…

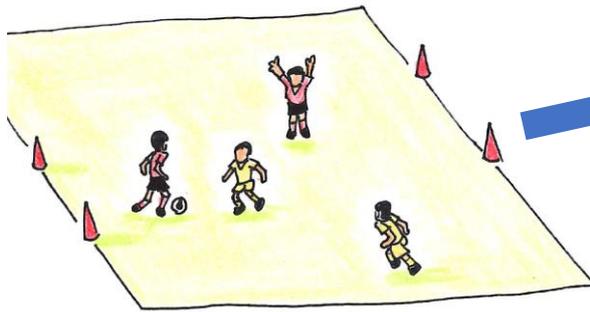
- ▼ 学年別の練習の場合は、次の学年と交わらないように、入替時間を取り、入り口と出口の動線を別にする。その時間に消毒を行う。(下記★2を参照)
- 手洗いの慣行、状況に応じてマスクを着用する。
- 帰り支度を素早く行い、速やかに帰宅する(着替えはしない)。
- ボールは自宅で水洗いする。

★1 密にならないトレーニングのための5つの視点

【視点①】 時期(「4 活動再開のための4つのステップ」を参照)

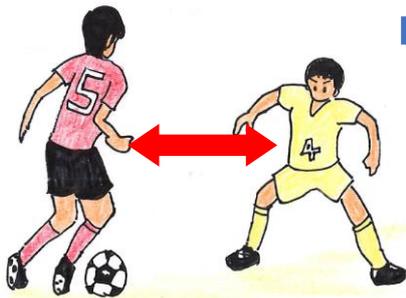
【視点②】 人数(少 → 多)

【視点③】 コートの広さ(広 → 狭)

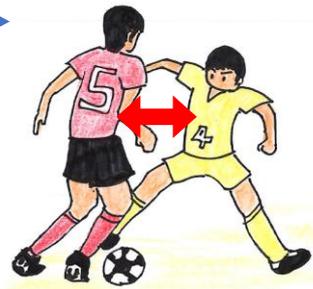


★プレイヤーの人数を変えたり、コートの大きさを換えたりすることだけで、十分なフィジカル・ディスタンスを確保することができる。2対1や3対2等の「数的優位」の TR.も、コートの広さや向きを工夫すれば、さらにゆとりのあるフィジカル・ディスタンスを確保することができる。

【視点④】 TR.の強度(低 → 高)



★「相手との距離」「スピード」等の強度を指導者が条件づけることで、十分なフィジカル・ディスタンスを確保できる。また、段階的に強度を変化させていくことは、感染防止だけではなく、子どもたちのレベルアップにつながる有効な TR.方法と言える。



★2 学年別 TR.を行う場合の例

※TR.と TR.の間に時間を取り、学年が変わらないようにする。

9:00~10:15	10:15~10:30	10:30~11:45	11:45~12:00	12:00~13:15	13:15~13:30
1・2年生	入替 消毒	3・4年生	入替・消毒	5・6年生	消毒・後片付け

(2) チーム全体で取り組む感染防止対策

①手洗い場所・トイレの整備

- 手洗い場にはポンプ型の液体または泡石鹸を用意する
- 「手洗いは30秒以上」等の提示をする
- 手洗い後に手を拭くためのペーパータオル(使い捨て)を用意する
- アルコール消毒液を設置する

②保護者への対応

- 感染防止に関するチームの方針や対策等について保護者に周知し、共通理解を図る
- TR.前の健康観察等、協力を呼びかける
- 保護者は原則としてグラウンド内には入らない
- チームの方針や趣旨を伝えた上で、誓約書の記入を依頼することが望ましい。

(別紙「誓約書記入のお願い」を参照)

6 チーム内でいじめ、差別などの不当な扱いが起こらないために

●感染防止対策を進める上で、指導者は以下のような行動がチーム内に発生していないかを注意深く観察する必要がある。

- (1) 一部の選手に「コロナ」「感染者」「伝染病」「ウィルス」等、不当なあだ名をつけてからかう。
- (2) 一部の選手への接触を「ウィルスが付く」と言って、集団で必要以上に避ける。
- (3) 体調不良で欠席した選手に対して「コロナに感染した」と憶測で判断し、不当に避ける。等

●これらの不当な扱いがチーム内で場合は、指導者は毅然とした態度で、これらの行為を否定し、下記のような指導を行い、子どもたちの規範意識の高揚に努めなければならない。

- (1) 不当に扱われた選手の立場に立って考えさせる。
- (2) コロナウィルス感染は人の命に関わる重大な問題であり、実際に亡くなっている人や医療現場で死と直面しながら戦っている人がいるという事実を伝え、このことで人を不当に扱う行為は、人の尊厳や存在を否定した恥ずべき行為であるということを伝える。
- (3) 仲間を思いやったり、人の立場を考えて行動したりすることは、一流のサッカー選手になるにはサッカーの技術以上に必要な要素であることを伝える。

※指導の際に感情的になれば、問題の解決は難しくなる。幼さゆえ「命」や「仲間の大切さ」「他者への共感やリスペクトの重要性」がまだ理解できない子どもたちに、大人の役割として、正しい事実と考え方を伝えなければならないという立場で指導することが大切である。

別紙:「誓約書記入のお願い」

令和2年6月吉日

保護者 様

練習再開に向けての誓約書記入のお願い

チーム代表 ○○ ○○

日頃より本チームの活動にご理解・ご協力いただきありがとうございます。

さて本チームでは、長い間停止されていまして活動を、○月○日より再開することが決定いたしました。しかし、まだまだ予断を許さない状況であることから、子どもたちの安全を最優先にしながら段階的に再開していく予定です。

つきましては、本チームの感染予防の方針にご理解いただき、子どもたちが行う下記内容の取組にご協力いただけるようであれば、下記の誓約書に必要事項をご記入の上、担当者までご提出ください。何卒よろしくお願いいたします。

記

- 自宅で検温してからグラウンドに来る(37℃以上の場合は練習に参加しない)
- 平熱の場合でも、自分や家族、身近な人が体調不良の場合は、練習参加を控える。
- 着かえた状態で来る(TR.後は着かえずに帰宅)
- TR.開始 10 分前に来る(それより早くグラウンドには入らない)
- 手洗いや消毒、状況に応じて、マスクを着用する
- 荷物や水筒は密にならないように、距離を取って置く(個人でシートを持ってくる)
- 水筒やタオルの共有はしない
- ディスタンスの確保に努める(1~2m程度)
- ハイタッチ、ハグは行わない
- ボールは自宅で水洗いする

※本チームは、活動中の基本行動として、「3密を避ける」「手洗い・マスク着用の徹底」「共有物の消毒」を徹底し、チーム全体で感染予防に努めてまいります。

以上の方針にご理解いただき、下記承諾書をご提出ください。

----- 切り取り線 -----

令和2年6月 日

チーム代表者 様

誓約書

新型コロナウイルス発生下での活動の約束を守り、感染防止に努めながら活動することを誓います。尚、万が一新型コロナウイルスに感染した場合には、チームメイト及び指導者に一切責任を負わずことはしません。

選手氏名 _____

保護者氏名 _____ 印