

## レフリー物語

疲労、筋肉の張り、体調の善し悪し etc を全て捨て去りなさい。

今から「威風堂々」の演技が始まります。

レフリーウェア、笛、カード、コイン、ペン、試合要項は大丈夫ですか。

スパイクは光っていますか。ボタンは止まっていますか。

重大な場面のイメージトレーニングは出来ていますか。サッカーはとんでもないことは滅多に起こりません。大丈夫です。きっと今日も「普通」に終わることでしょう。

さあ、深呼吸を3回。胸をはって「威風堂々」と。

定刻です。時計を2つスタートさせます。

- ・キックオフ 10分までは基準を示します。ビッグアドバンテージ以外はファールをとろう。
- ・最初のファール、FK、公の注意、カード、セレモニー、10ヤードをしっかりと
- ・FKは、①ボール ②壁(10ヤード) ③Rのポジション(全体が見える)
- ・ゴールキック時のポジション(競り合いを横から見ることが出来る)
- ・展開時のポジションは後追いがよい。体の向きは常にゴールが見える方向。
- ・FWとDFの駆け引きに目を移せ。(時に目を合わせろ)
- ・キーパーがボールを持ったときは、センター方向へ早く戻れ。6秒、ハンドより次の展開が優先。ARの援助。
- ・「注意」は、2~3回まで。次は、何ものなしorカード。
- ・オーバーアクションに注意。コミュニケーションをとる。
- ・AR, 4TH, ベンチが見えるかな。
- ・FKは全てのDFを10ヤード離すこと。  
離して、近づいたらカード。離さないで、近づいてカードより先に離す。  
Rにとってのマイナス要素を取り除く努力をしよう。  
but ボールに近づいてきたら、話をしよう。「次はカードだよ」
- ・FWのファールは、もっと簡単にとればよい。
- ・Rに寄ってきたら「次はカードだよ」
- ・長いボールが出たらスプリントを使え。
- ・対角線~横へ ワイドに動く。
- ・何が起ころうとしているのか、何が起こったのか を気づく。
- ・オフサイド DFのエリアにボールがある時は旗を採用すべき。  
流してアドバンテージにならないときは採用せよ。
- ・チームの中の優等生と問題児を早く捜し、前者を仲間にし利用せよ。
- ・ARとのコミュニケーション ARも①ボール ②壁 ③ARのポジション  
打ち合わせ事項のお願いをしっかりと。
- ・異議には絶対に対応すること。無視はトラブルの原因に必ず結びつく。  
どんなに小さな異議にも顔を見て「何か言いました？」

良いコントロールは、コミュニケーションから。

スローイン、ゴールキック、コーナーキック、FKの差し違えがないようにARとパフォーマンスの前にアイコンタクトを忘れないこと。

怪我は、しっかりと見極める。先ず「大丈夫？」それから「担架は？」

ドクターにも「ありがとうございました」

担架を入れたなら使わなくても一度外へ。プレーの再開後に復帰させる。

Rの態度 外見は優しく、内は強く。

異議には絶対に下がるな。前に出ろ。

前半、後半の終わり方 勝っているチームのボールでクリアな時。

ベンチへ注意に行くときは、絶対に走らないこと。

威厳を示す。ベンチに落ち着く時間を与えよう。

ホールディング 露骨なホールディングにはカードを。

包み込むホールディングは早めの笛を。報復の可能性有り。

GKへのファールは、笛が遅れてもとれ。アドバンテージはない。

はっきりとしたシミュレーションには、カードを示す。

FK, CKの際のポジション争い・掴み合いには注意して次はカードを示す。

ゴール ARを確認。得点後の喜び、ユニホームを脱ぐ。挑発行為は？

寄っていき戻らせる。

GKの怪我、ゴール前で倒れている選手、両チームの選手が倒れた etc の場合には

ドロップボールを使え。簡単に物事を考えろ。

カードを出した選手、注意をした選手、2～3度続けてファールをした選手、問題

児、ベンチの中の問題児、手をよく使う選手を覚えておくこと。

装飾品の取り外しの徹底をしよう。特に交代選手を確認しよう。

FKの遅延行為を防ぐために、声かけ・笛・表情を上手く使おう。

決定的な得点の機会 コース・DFの人数 etc の状況をしっかり判断しよう。

22人の選手、AR, 4TH、ベンチ、コーナーフラッグ、観客、TVカメラ、そ

してインスペクターと色々なところが見えますか。集中することは、もちろん大事

ですが、視野が狭いと心も小さくなってしまいます。

ロスタイムも終わりです。自信たっぷりの響き渡る笛をどうぞ。

ごくろうさまでした。

胸を張って、退場してください。

威風堂々と