



2026年度 第1回 3級審判認定講習会レポート

ワンランク上のジャッジを目指して

講習会の様子をお届けします

日時：2026年5月23日

開催場所：大的市民センター

エストパーク

(一社) 兵庫県サッカー協会審判委員会

HYOGO FOOTBALL ASSOCIATION REFEREES COMMITTEE

開校式 & 講習会スタート

志高き32名の受講生が、新たな知識と技術習得に向けて

HYOGO FOOTBALL ASSOCIATION REFEREES COMMITTEE

開校式

総勢32名の受講生が参加

会場はワンランク上の審判員を目指す32名の熱い意気込みに包まれ、緊張感と期待感が交錯する雰囲気で始まりました。

講師陣からの挨拶

指導者部からの最初のアドバイスを受け、受講生の目は「今日ここですべてを吸収する」という強いまなざしに変わりました。

講師紹介

兵庫県サッカー協会の審判指導者たちが、受講生のステップアップを一日かけて全面的にサポートします。



セッション開始

単なるルールの暗記を超え、「ゲームの安全と公平」を守るジャッジ基準を学ぶ

HYOGO FOOTBALL ASSOCIATION REFEREES COMMITTEE

講義

指導者部長による講義

筆記テストの振り返り

事前に実施された筆記テストの回答傾向を詳細に分析し、受講生が陥りがちなルールの盲点や、見落としやすい状況判断についてスクリーンを交えて丁寧に解説。

「負傷した競技者への対応の原則」など、実際のゲームで最も重要視される競技者の安全に配慮した判断基準について、熱い指導が行われました。

筆記テストは事前に配布され80点以上で合格となります。提出期限があります。



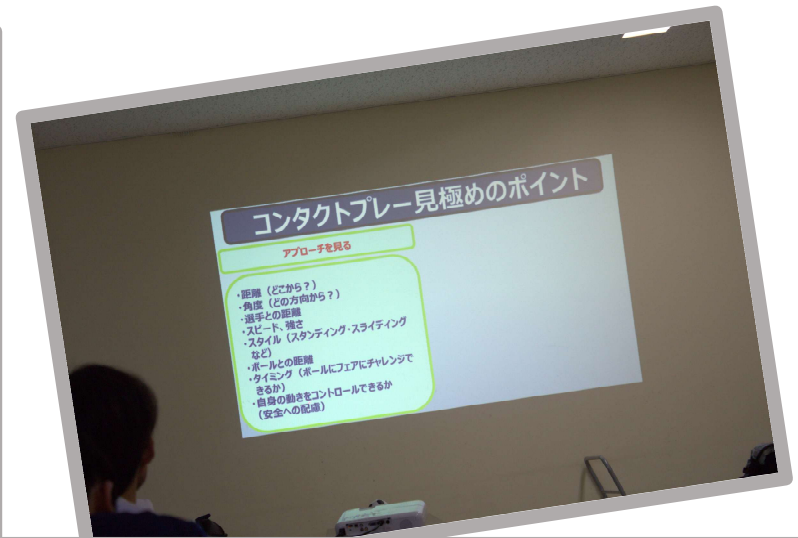
活発な意見・質疑応答

講義の一方通行にとどまらず、実際の試合で起こり得るグレーな事象について、受講生から「この場合はどう判定すべきか」と鋭い質問が飛び交いました。



真剣な眼差しと有意義な対話

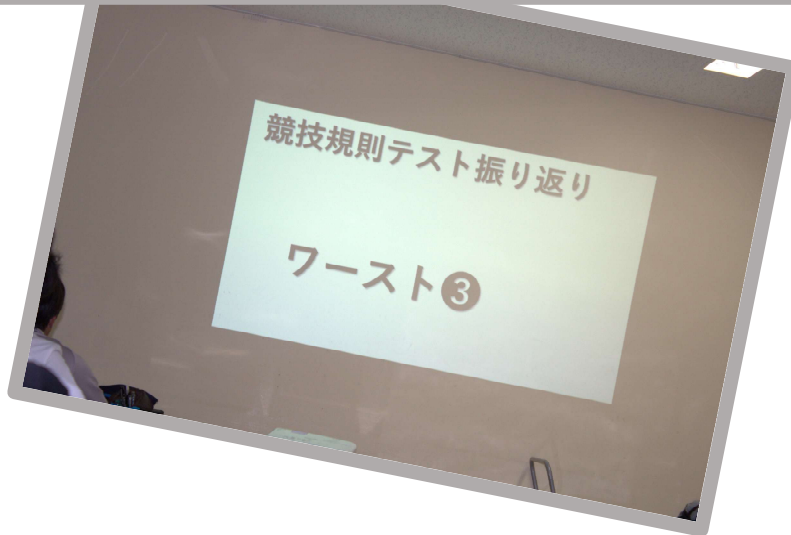
受講生一同がメモを熱心にとり、講師の説明を一言も聞き漏らさないように取り組む姿が見られ、実のある学びの場が共有されました。



2026年度3級認定講習会

2026. 5. 23

一社) 兵庫県サッカー協会 審判委員会
指導者部長 内橋克博



体力テスト & 実技トレーニング

「タフなゲームをコントロールする走力と決断力」を学ぶ

■ 実技セッション内容

Yoyoテスト

20mのシャトルラン。5mをウォークリターンを繰り返す。

今回は10本走行とした

プラクティカルトレーニング

テーマは副審。フラッグアップやタッチジャッジ、オフサイドの判断と様々な副審の在り方を学ぶ

トレーニングマッチでのレフェリー

U-15のトレーニングマッチで主審、副審をハーフで交代して、スタッフがシャドウとして指導。

実技セッション開始



HYOGO FOOTBALL ASSOCIATION REFEREES COMMITTEE

体カテスト

yoyoテスト

- 持久力と回復力の測定

サッカー審判員に必要な「高強度スプリントと短時間での回復力」を測る、Yo-Yo Intermittent Recovery Testを実施。

- 仲間と鼓舞し合う美しい団結

エストパークのピッチには受講生同士や講師陣から「頑張れ！」「ラスト1本！」という熱い応援とが響き渡りました。

- 走力こそがジャッジの説得力を生む

90分間タフに走り続け、常にベストポジションから毅然とした判定を下すための強固なフィジカルを学びました。





表情が歪んできています。



HYOGO FOOTBALL ASSOCIATION REFEREES COMMITTEE

プラクティカルトレーニング

- フラッグテクニックとシグナル

副審に必要なフラッグテクニックの方法。フラッグの持ち方からフラッグアップの適切な方法までを学びました。走っているときは常にピッチ側の手(主審から見えやすい手)で旗を持ち、フラッグアップする際は「体正面の持ち替え」「音が出るほどの鋭いフラッグアップ」を練習します。

- ファウルやアウトオブプレーの合図

主審の視界の外(副審の目の前)で起きたファウルに対し、適切にフラッグを振って主審に知らせるタイミングと、主審が気づいていない場合のフォロー。

- オフサイド判定のトレーニング

選手にランダムにラインを上下させてもらい、副審は常に「オフサイドライン(下から2人目の守備側選手、またはボールのうちゴールラインに近い方)」と完全に真横(同一線上)に並び続けるステップワーク(サイドステップ・スプリントの切り替え)を練習します。





オフサイドのフラッグアップや
適正な判断方法

実践トレーニング

適正な判定方法:シャドウレフェリングによる「位置・距離・角度」の習得

実戦での意義:指導者が受講生の『シャドウ』となってピッチ上でマンツーマン指導を行い「今、ボールと選手に近すぎて全体の展開が見えなくなっていないか」「見に行く『角度』が悪くて、ディフェンダーの背中側(死角)で起きたファウルを見落としていないか」を、その瞬間の景色を共有しながらリアルタイムで体得しました。

実践への落とし込み:「事象に近づくこと(距離)」だけに満足せず、「ファウルが起きるコンタクトの瞬間を、どの角度から捉えれば見極められるか」という立体的なポジショニングのセンスを磨くことが、適正な判定方法を学びました。

状況の即座の判断: 頭部の負傷や、明らかに激しい接触で大怪我の可能性がある場合は、プレーの展開に関わらず直ちに笛を吹いてプレーを停止します。それ以外の負傷であれば、攻撃側のチャンスを妨げないよう、プレーが一段落(アウトオブプレーなど)するまで見極めます。



「必要な時のスプリント」とは: 重要なのは、カウンターアタックが発動した瞬間や、ペナルティエリア付近へボールが放り込まれた瞬間に、「一瞬でトップスピードに入れるか(スプリント)」、そしてボールの方向が急に変わったときに「鋭く体の向きを変えて追従できるか(ターン)」という、局面における強度の高さです。



「説得力を生むポジショニング」の体得 ただ走って近づくだけでなく、スタッフとピッチを共有しながら学んだ「位置・距離・角度」の感覚は、今後の大きな武器になります。事象をベストな角度から捉えることで、判定の説得力は劇的に向上します。

審判団の連帯感とマネジメントの重要性 ピッチ上でお互いを鼓舞し合う団結力や、負傷者が出たときの冷静な対応(マネジメント)など、ゲームの安全と信頼を守るためのレフェリーチームとしてのあり方を再確認できたことも大きな一歩ではないかと思います。

最後に

高い志を持った32名の受講生の皆さんの意気込みが感じられた講習会でした。この熱い学びと経験を胸に、これからもリスペクトの精神を持って、自信と誇りに満ちた毅然としたホイッスルを響かせていていただきたいと思います。素晴らしい講習会の修了、本当におめでとうございます！またいつでもフィールドでの素晴らしいお話を聞かせてくださいね。

お疲れさまでした！！