**露妮．琺菈心得報告:**

本次日本研習行前兩天參觀川崎主場設施，包含球隊巴士、球員休息室、熱身區、觀眾席、還很特別的可以進到球場裡面參觀所有的硬體設施，在開賽前還會有親子的活動，可以促進親子關係也可融入地區性的球迷對該地區的球隊的支持與認同，觀眾席也有特別的區分，例如:親子區、情侶區、用餐區……等等，看到這麼縝密的軟、硬體設施與人員的安排在台灣都是前所未見的，相較之下台灣的這些硬軟體都需要去做改變與提升。

要營造一個社區足球的概念真的很不簡單其實，川崎俱樂部在推動足球運動理念，普及→育成→強化，參訪了川崎俱樂部U-15的訓練，其實訓練內容都跟國內差不多，但重點在於選手的**態度**及教練所要的目標，但這訓練的內容包括了控球的面向、觀察、傳球的品質、控球的能力，相較之下我們台灣的訓練品質比較沒有那麼好，在訓練起來效果沒有那麼好，日本重質不重量相比之下台灣重量不重質，除了教練給選手的指令外選手的態度都是台灣教練需要去克服的，除了有品質訓練外要給選手更多的心理建設及設定目標增進球員的積極度。

去到靜岡時之栖國家訓練中心，看到完善的軟硬體設施，此次全國U12菁英對抗賽，由全國47個縣共48支隊伍同場競技，大會排定各隊練習時間，各隊須依照練習時間準時到場訓練，更讓我大吃一驚的事是日本開幕典禮與台灣相較之下比較有意義，在開幕中選手與教練是席地而坐，選手手上都有一本筆記本在做筆記，而是教育球員正確的態度及足球理念，並請營養師教導飲用運動飲料的正確觀念，這都是在台灣少見的。在訓練中心，遇到的每位球員、教練、工作人員，都會主動打招呼，禮貌的舉動更令人印象深刻。

在時之栖訓練中心看到的一個標語，**「夢想絕對不會逃走 會逃走的是自己」**雖然簡單幾個字，卻是讓日本足球持續進步的一個動力。

欣賞了精英對抗賽之後，日本球員的態度不管比賽當下是輸或是贏從哨音響起到哨音結束都是一致的，這點也是我們台灣選手該去改變的，如何學習有始有終球賽未結束都不放棄任何的希望的拚勁與精神，室內的理論概念課程、菁英大賽的決賽觀摩、室外的實際操作。

他們的發展方向為**「技術更全面、更快、更強、更強調全隊配合」**，

所以他們透過各種方法，找出問題、解決問題，不斷的創新和實驗，孩子除了足球以外的時間，要學會獨立、建立好習慣及標準，但須切記，獨立不等於放任，這也是日本在孩子養成教育上，全國菁英大賽最後由大阪勝出，取得冠軍。閉幕式，看到所有球員在正中午時間，大太陽下坐在草皮上，靜靜地參加閉幕，專心聆聽台上的演講，適時地鼓掌，這就是日本足球教育的成功。其實這幾天觀察下來，但就態度和全面技術我們就落差很大，這也是我們要做改變的。

這幾天下來跟著黑田教練四處參訪也學習到很多，不管是在教練的專業能力上或是其他處事方面都讓自己領悟很多，在此行黑田教練帶我們在日本各地行走每處都有他的學生，每位學生看到黑田教練都非常的尊敬與熱情款待，帶我們也是如此，也都大方與我們分享一些過去的經驗，聽著他們的敘說覺得黑田教練真的非常受到大家的尊敬與學習的對象。

我認為台灣在環境上雖然不及日本這麼強大，不過在球員的素質上其實不輸給日本的孩子，我們需要的是球員態度與積極度，在這項運動中台灣的球員感覺起來不像日本孩子這麼主動積極或許跟國家發展有很大的關係，我們國家沒有像日本有個完整的制度或是職業聯賽，在台灣這樣的環境台灣教練要如何去改變球員對這樣運動的態度，改變他們的觀念與讓他們設定自己的目標，能讓球員自主地去改變自己，讓自己也能有必須迫使自己的成長的動力，這都是台灣教練必須去思考的重要課題！

以後自己要做什麼：

除了當一名專業教練以外，也必須在擔當一位領導著與推廣者，引領學生有更多目標，讓他們可以有更多自主的態度及想法去增進自己的能力，並協助一起推展這項運動給其他人喜愛。

以後自己要怎麼做：

帶領球隊會再融入更多的家長進來一同參與球隊事宜，結合家長的力量使球員與家長之間都能有夠同的話題也可增進親子關係。讓更多球員與家長更認同足球運動，也更認同球隊，當他們認同這項運動球員的路也可以走得更長遠，畢竟孩子要繼續成長繼續走向運動之路都必須要有家長在背後的支持 ！

以球隊為目標讓每位孩子都可以充滿希望與目標，

以至整個校園讓球隊的孩子去感染週遭同學去喜愛這樣運動，

大至整個社區讓家長們去感染週遭的同事，一起參與這項運動，

在放假時間可以都一件休閒活動，自己學習足球或是觀看孩子的比賽甚至大比賽是一件很棒的事，可增加親子關係同事之前的共同話題，這也是幫助足球運動增加更多的人關注。

露妮˙琺菈