

# SETAGAYA SIXES 「ダブル・ゴール・リーグ™」 2024 春夏 Season

## 開催概要

2024年5月  
世田谷ラクロス協議会



# 本日の内容

1. スポーツコーチング・イニシアチブ（SCI）の紹介
2. SETAGAYA SIXES「ダブル・ゴール・リーグ™」とは
3. リーグの詳細 ～日程・会場・ルール他～



# 1. スポーツコーチング

## イニシアチブ(SCI)のご紹介

# SCIのご紹介

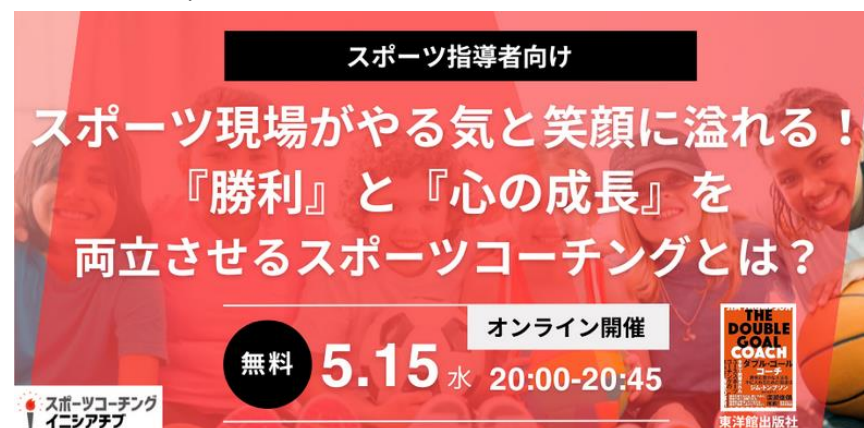


- 名称：特別非営利活動法人 スポーツコーチング・イニシアチブ
- 設立：2017年1月5日
- 代表：小林 忠広
- 沿革：2016年 NPO法人 ETIC.社会起業塾選出  
「ダブル・ゴール・コーチングの持つパワー」出版
- 2017年 NPO法人化、ワークショップ「スポーツコーチング・ラボ」開始
- 2018年 オウンドメディア「コーチング・ステーション」開始
- 2021年 「ダブル・ゴール・コーチ®」出版（協力）
- 2023年 「ダブル・ゴール・リーグ™」開始

# SCIの事業

- アカデミー事業: ワークショップ（オフライン・オンライン）
- 指導者研修事業: コンサルティング（クラブチーム・大学・自治体・競技団体等）
- アドボカシー活動: 書籍の出版、コーチング・ステーション運営
- イベント企画・運営: 「SETAGAYA SIXES ダブル・ゴール・リーグ」
- コミュニティ事業: FBグループ「ポジティブコーチングを考える会」

## ● アカデミー事業



スポーツ指導者向け

スポーツ現場がやる気と笑顔に溢れる！  
『勝利』と『心の成長』を  
両立させるスポーツコーチングとは？

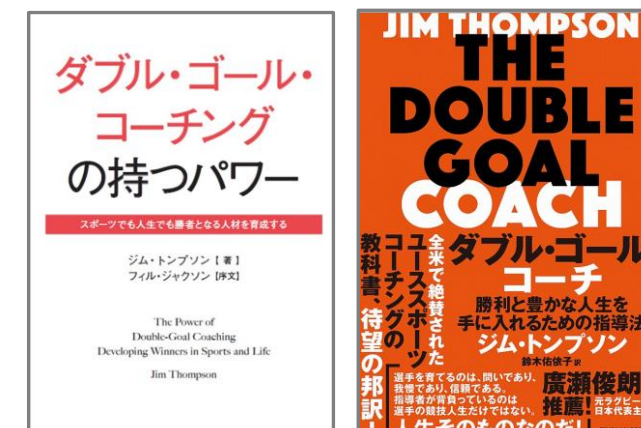
オンライン開催

無料 5.15 水 20:00-20:45

THE DOUBLE GOAL COACH  
東洋館出版社

スポーツコーチング  
イニシアチブ

## ● アウトリーチ事業（書籍の出版）



ダブル・ゴール・  
コーチング  
の持つパワー

スポーツでも人生でも勝者となる人材を育成する

ジム・トンプソン [著]  
フィル・ジャクソン [序文]

The Power of  
Double-Goal Coaching  
Developing Winners in Sports and Life  
Jim Thompson

JIM THOMPSON  
THE  
DOUBLE  
GOAL  
COACH

ダブル・ゴール・  
コーチ

勝利と豊かな人生を  
手に入れるための指導法  
ジム・トンプソン  
鈴木信彦 著

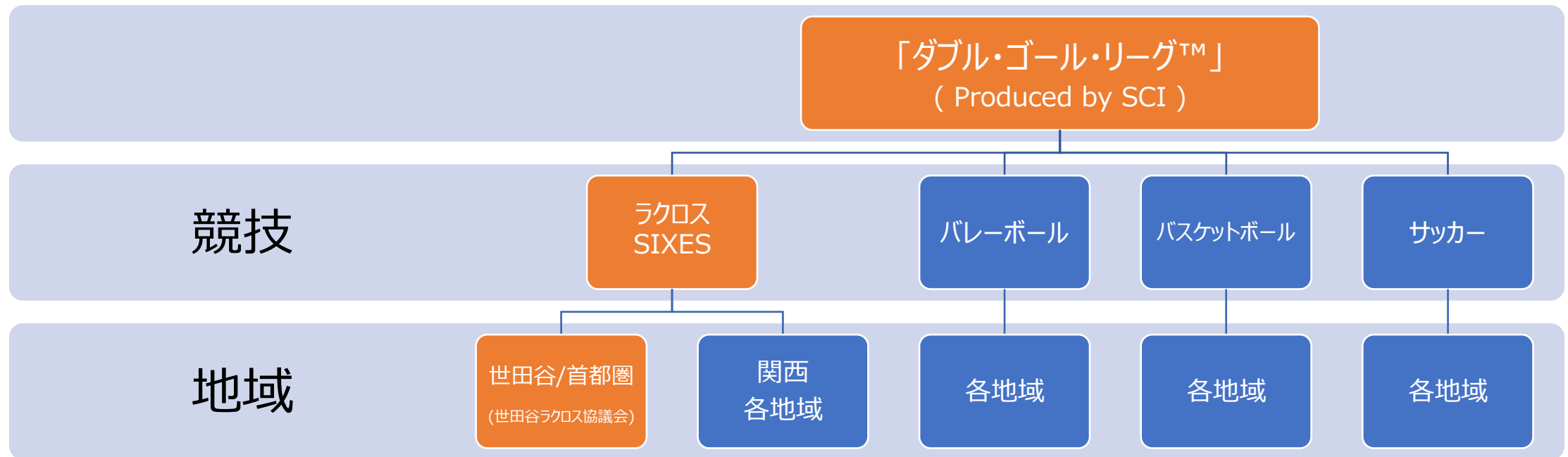
全米で絶賛された  
コリススポーツ  
コーチングの  
教科書、  
待望の邦訳！

選手を育てるのは、間違いであり、  
我儘であり、傲慢である。  
指導者が背負っているのは、  
選手の競技人生だけではない。  
人生そのものなのだ！

推薦！ 広瀬俊朗氏  
元サッカー  
日本代表主将  
TOKYO BOOKS

# 「ダブル・ゴール・リーグ™」とは

## ■「ダブル・ゴール・コーチング」を実践する為のリーグ





## 2.「SETAGAYA SIXES

ダブル・ゴール・リーグ™」とは

リーグ・スローガン

“自分を好きになる

仲間を好きになる

ラクロスを好きになる”

# リーグの理念（ミッション・ステートメント）

1. **SIXES**という新しいフォーマットを活用し、ゲームに出場する機会を提供することで、**より広く多くの子どもたちにラクロスを楽しんでもらう。**
2. 「**ダブル・ゴール・コーチング™**」を通し、目先の勝利を追い求める過度なコンペティションを避け、子どもたちの**長期的な人間的成長に貢献する。**
3. ゲームを通して、**大人たちにも**子どもたちの笑顔や頑張る姿をお届けし、観戦を楽しみながら、ご家族同士が交流できる**コミュニティを提供する。**

# リーグの特長

1. ラクロスの新フォーマット「**SIXES**」を採用！
2. 「**ダブル・ゴール・コーチング™**」
3. **大人たち**も観戦が楽しい！

# SIXESとは

- 国際競技連盟「ワールドラクロス」により新設されたフォーマット
- 従来の10人制 → 6人制 ▶ **参加しやすい！**
- 2028年 ロサンゼルス オリンピック 採用決定！
- 展開がスピーディー ▶ **プレーが楽しい！ 観戦も楽しい!!**

WORLD LACROSSE

# SIXES

World Lacrosse SIXESは、ラクロスの興奮とスピードを、より小さく、より速く、より身近なものにするためのフォーマットです。

## Game Play

6

フィールドには1チーム6名で出場

12

1チームは12名で編成



Qはドローで開始



Qは8分のランニングタイムで進行



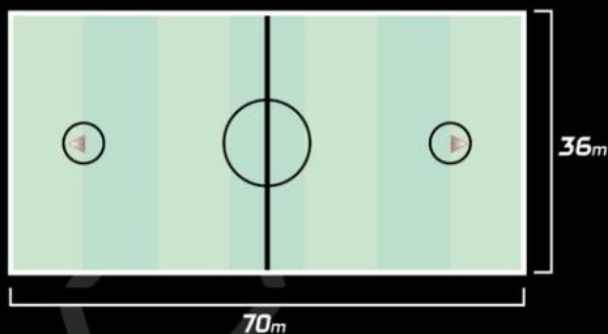
得点後はゴールーからリスタートし、ゴールーは自陣から外にはでられない

## Shot Clock

シュート時間は30秒です。ゴールまたはゴールに当たったシュートは、シュートクロックがリセットされます。シュートしたボールが枠外に出た場合、相手チームにボールが与えられます



## Field of Play



## Equipment



男性用  
ゴールークロス



女性用  
ゴールークロス



男性及び女性  
フィールド選手用クロス

## Fouls



マイナーファウル  
(30秒)



メジャーファウル  
(60秒)



退場処分または3分以上のメジャーファウル

## Dangerous Propel (Women's)

女子シックスゲームでは、相手プレイヤーの位置を無視した危険なシュートは、メジャーファウルである。なお、SIXESでは、女子10人制の「シュートスペース」のファウルは適用されない。ただし、ディフェンダーがゴール前でスタックや壁を形成することは許されない。



## Strategy

コーチと選手は、Sixesの試合のペースが非常に速いことに気づくでしょう。選手は、試合中、フィールドを上下し、攻撃と防御の両方を行う準備をしておく必要があります。少ない登録人数と標準的なスティックの長さで、選手は様々な技術的なスキルを開発することに挑戦することになります。



# 「ダブル・ゴール・コーチング™」とは

- 1998年 スタンフォード大学に始まる
- スポーツ心理学に基づく
- 「勝利」と「人間的成長」の両立を重視
- 米NPO法人「PCA」が広く普及、アメリカでは強い影響力を持つ
- USA Lacrosseの他、NBAやMLBともパートナーシップを結ぶ



<https://positivecoach.org>

訓練を受けたコーチ

75 万人

パートナーシップ提携

3,500 団体以上

1998年から開始

2000 万人  
の子どもにプログラム提供

ワークショップ開催数

経営者・コーチ・保護者へ  
20,000 回以上

# 「ダブル・ゴール・コーチング™」の考え方

1. 試合での勝利も重要  
人間的成長はもっと重要  
～ ELM ～

2. 怒鳴るより褒めて  
選手の意欲を引き出そう  
～ E-TANK ～

3. 競技に敬意を払い  
子ども達の社会性を育む  
～ ROOTS ～

努力を重視する

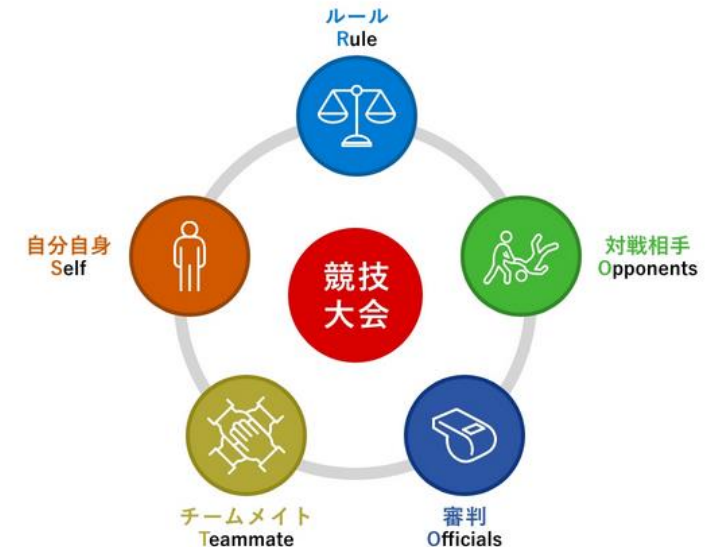
Effort

学習を重視する

Learning

失敗してもOK

Mistakes



スコアボード上の短期的な結果だけではなく、長期的な人としての成長の両方、つまり『ダブル・ゴール』を目指すコーチングメソッドです。

# 観戦を楽しむ

- SIXESは観戦が楽しい！
- 親子の思い出
- 子どものチームと一緒に応援 →大人たちのコミュニティー
- 大人や兄弟向けのラクロス体験会も企画中！



# 観戦エリア

Home/Awayに分けて  
観戦エリアを設置！

是非アウトドア用チェアや  
レジャーシートをご持参ください



# その他の取り組み

## 1. 各種ポリシー

- 1) ダブル・ゴール・コーチング™
- 2) セーフガーディングポリシー ※子どもの権利
- 3) プライバシーポリシー ※写真・動画の取扱い

## 2. 各ご家庭とつながるリーグ

- 1) 申込み・選手登録
- 2) 説明会
- 3) アプリで連絡 ※検討中

ねらい:

1. 安心・安全
2. 選手・保護者がもっと楽しく
3. コーチの負担軽減
4. ユーススポーツ×教育

## 4. 充実のウェブサイト

- 1) スケジュール&順位表
- 2) チーム紹介
- 3) ブログ

## 5. ニュースレター配信

- 1) リーグからのお知らせ
- 2) ゲームレポート
- 3) 選手インタビュー

## 6. その他

- 1) 保護者向けワークショップ
- 2) 指導者向けワークショップ
- 3) サマーキャンプ ※検討中



### 3. リーグの詳細

～日程・会場・ルール他～

# 2023年秋シーズンの概況

- 日時: 10月上旬～12月下旬
- 場所: 東京 (二子玉川・J&S・世田谷陸上競技場・飛鳥高校)  
埼玉 (熊谷・伊奈・本庄)
- 参加チーム数
  - U-18 Girls: 10チーム (5試合/チーム)
  - U-18 Boys: 4チーム (3試合/チーム)
  - U-15 Girls: 4チーム (3試合/チーム)

合計 37試合を開催!

# 2024春夏シーズン 会場&スケジュール

- [ウェブサイト参照](#)

# J&Sフィールド

- 住所: 世田谷区給田1-1-1
- アクセス: 京王線 仙川駅から徒歩10分
- 駐車場: なし  
※付近のコインパーキングをご利用ください



# 二子玉川緑地運動場 球技場

■住所: 世田谷区鎌田1-3-5

■アクセス

- 1) 東急 二子玉川駅から徒歩25分
- 2) 東急 二子玉川駅からバス10分  
(東急バス 砧本村行 (玉06)  
「砧本村」下車徒歩2分)

■駐車場: あり

- ・利用時間: 8:30~17:00
- ・土日祝のみ有料 (30分 100円)



# 世田谷総合運動場 陸上競技場

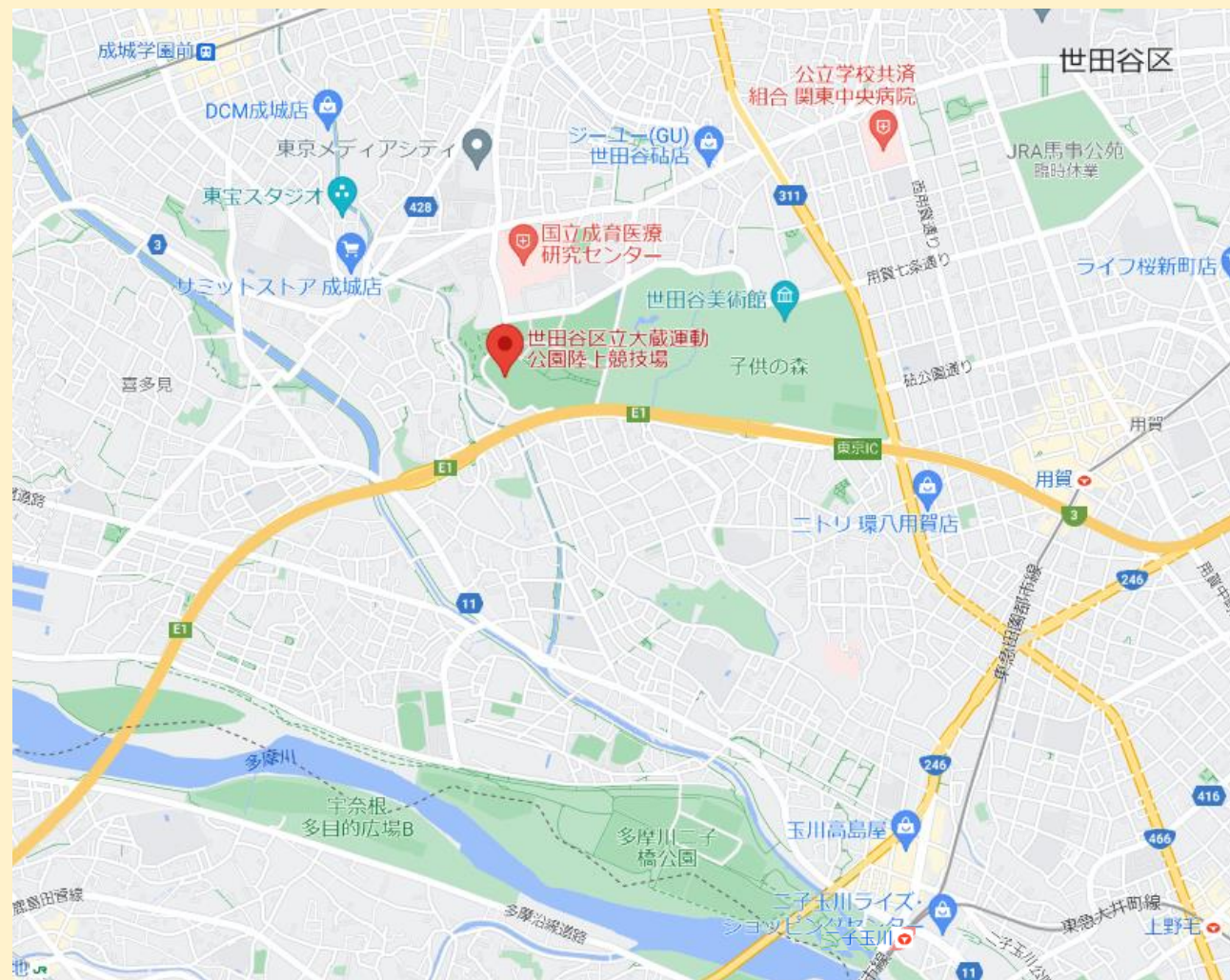
■住所: 世田谷区大蔵4-6-1

■アクセス

- 1) 小田急 成城学園前駅からバス10分
- 2) 東急 二子玉川駅からバス14分
- 3) 京王 調布駅からバス34分

■駐車場: あり

- ・利用時間: 6:00~21:30
- ・有料 (30分 100円)



# 競技フォーマット

- 新フォーマットの6人制ラクロス「SIXES」
- 試合時間
  - Open/U-18 8分×4Q 計32分
  - U-15 7分×4Q 計28分
  - U-13 6分×4Q 計32分
- 登録人数: 7～15人/チーム **※推奨は12名前後、シーズン中の追加・入替も可**
- 1団体から同一カテゴリーへ複数チーム登録可



\*詳細はリーグのウェブサイトをご覧ください。 (<https://www.setagaya-sixes.com/regulation>)

# ダブル・ゴール・リーグ™ 特別ルール

## 1. 同等のプレーイングタイム

- 当日ベンチ入りしている全選手/毎試合（ケガや体調不良等は除く）
- **「ELM」**の考え方に基づく  
→「スポーツの楽しみを享受する機会」「人間的成長の機会」は平等であるべき

## 2. 暴言の禁止

- 選手を傷つけるような言葉、人格的否定につながる乱暴な言葉、差別的指導
- 「セーフガーディングポリシー」「**E-Tank**」の考え方に基づく

## 3. ポストマッチ・ミーティング

- 全選手が参加、相手チームへのフィードバックを行う
- **「ROOTS」**の考え方に基づく

# その他ご留意いただきたいルール

- フィールドの大きさ
  - A. 原則: 長さ70m×幅36m
  - B. 長さ55～75m、幅35～55mの間で調整可
- ライン
  - A. 樹脂製のラインマーカー・マーカーコーン・フラットマーカー、テープ等での代用OK
  - B. クリースラインは持ち運び式のクリースでの代用OK
- 女子ルール: マウスガード、アイガード（ゴーリー以外）、グローブ着用ください
- 選手交代: 自由、審判の許可も不要、交代選手同士のOUT/INのタイミングに注意ください
- ショットクロック
  - 機械がない場合はオフィシャルがカウントアップで通知（10秒・20秒・25秒～）
- **U-12のレギュレーション詳細は検討中（使用クロス等）**

# 参加条件

- 「ダブル・ゴール」の理念に賛同いただけること
- リーグの定める以下ポリシーに同意いただけること
  - ① セーフガーディングポリシー
  - ② プライバシーポリシー
  - ③ 負傷・事故他に関する免責事項

\*詳細はリーグのウェブサイトをご覧ください。

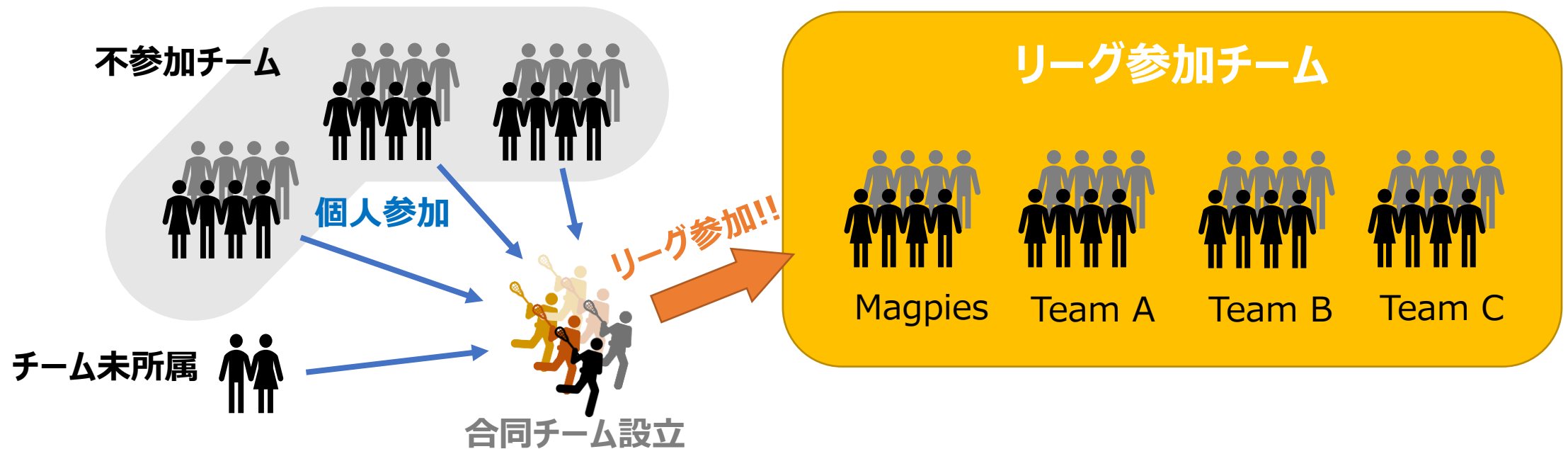
- ① セーフガーディングポリシー <https://www.setagaya-sixes.com/safe-guarding-policy>
- ② プライバシーポリシー <https://www.setagaya-sixes.com/privacy-policy>

# 個人による参加

- 個人参加用の合同チームをつくります！  
→所属チームが参加していなかったり、  
所属チームがなくてもリーグ戦を楽しめます！

★こちらからお申し込みください

<https://forms.gle/S7gDpg1x5QaoWCSi6>



# 参加者特典

1. SCIが提供するオンライン・ワークショップに1回無料ご招待！
  - プログラム名：ダブル・ゴール・コーチング™・セッション【理論編】
  - 主催：NPO法人スポーツコーチング・イニシアチブ
  - 通常は1,000円/回のプログラムです。( <https://sports-coach.peatix.com> )
  - 毎月3回ほど実施され、毎回、次の4テーマのうちいずれかを取り扱います。

- ①スポーツを通じた人間的成長とは
- ②選手のモチベーションを上げるためには
- ③スポーツパーソンシップ（スポーツマンシップ）について考える
- ④ユーススポーツに保護者はどう関わるべきか



**理論編**

選手の心を満たしモチベーションに変えるには  
～主体性を育むダブル・ゴール・コーチング～

**2024.02.6 Tue**  
20:00 - 21:30  
Online(Zoom)

一般 ¥1,000  
リピーター、学生、動画閲覧 ¥800

ファシリテーター  
青野 祥人

スポーツコーチング  
イニシアチブ

# 参加者特典

## 2. オフライン・ワークショップに1回無料ご招待！

- 試合会場近くの会議室、または希望あればチームへおうかがいして実施します。
- テーマは上記①～④の他、「ユーススポーツ×経営学」を予定しております。
- 通常は3,000円/回のプログラムです。

(参考) <https://www.setagaya-sixes.com/blog/20231221>



プレイヤーアカデミー with 大坂なおみ @ナイキジャパン本社



未来の先生フォーラム@桜美林大学



ユーススポーツ×経営学@本庄東高校

# 主催団体等

- ・主催: 世田谷ラクロス協議会
- ・後援: 世田谷区  
公益財団法人世田谷区スポーツ振興財団
- ・協力: 特定非営利活動法人スポーツコーチング・イニシアチブ  
株式会社スポコン  
合同会社ブライトフィールド

# お問い合わせ

どのようなことでも、お気軽にお問い合わせください！

- ウェブサイトから

<https://www.setagaya-sixes.com/contact>

- メールで問い合わせる

[yuhei\\_yoshitake@double-goal-league.fun](mailto:yuhei_yoshitake@double-goal-league.fun)

- 電話で問い合わせる

吉武: 090-2124-2107

本日は、ありがとうございました！

フィールドでお会いできることを

楽しみにしています！