

2010 ナショナルトレセンU-12 北海道前期

HFAテクニカルレポート



2010年4月23～25日

【報告者】 山橋貴史

1. 事業の概要

2010 ナショナルトレセン U-12 北海道（前期）は、4月23日～25日まで札幌サッカーアミューズメントパークで開催された。また、年度が変わり開催までの準備が短かったが、日本サッカー協会、北海道サッカー協会、地域スタッフなど関係者の皆様には大変お世話になりました。ありがとうございました。

23日の午後に選手は集合しメディカルチェックを行いTRに入りました。TRは2009年のTRメニューを繰り返して行いました。選手たちは、長い室内でのTR環境からようやく外でのサッカーシーズンを迎え、いきいきとプレーしていました。ホテルでもトレセン活動に参加経験のある選手がリーダーシップを取り問題なく過ごしていました。生活では、例年通りホワイトボードを使いスケジュールや連絡を実行させました。

2. 課題(トレーニング)

【パス&コントロール】

W-up ではパスを正確に出そうとする意識は高かったが受ける前の準備「観る」ことは意識が低く習慣になっていない。関わる意識も低くボールを触る場面でしか関わりがない。外側の選手へのコーチングにより選手が意識してポジションを考えていた。ターンの技術では視野を確保してのターンは出来ていたがボールが身体から離れすぎたり1回で前を向けなかったり狭い局面をイメージしたターンが出来ていなかった。壁パスが入ると動きの習慣が出来ていないことや動きながらの技術（パス&コントロール）にブレが出た。継続して行うべきだ。TR1,TR2ではDFが入りゴールを意識したパス&コントロールだがボールと自分だけの関係で動き出すので出し手と受け手のタイミングが合わずボールを失うことが多

かった。ゴールを意識することとDFを観てプレーすることが課題である。

【ポジション】

選手同士のコミュニケーションが取れるようになっていたことは良かった。ボールワークではマーカーで出会う意識が付いていて速く動き出す選手は少なかった。ただコントロールミスがあったときに止まってしまう選手が多く動き出しなどゲームのイメージが持てていなかった。コーチがDF役に関わったときは観る、判断、プレーがアラートになりゲームのイメージも持てたようだった。TR1は3v3+2Fを行った。観えている範囲が狭く選択肢が少ない。ボールばかりを観てしまい相手やスペースを受ける前に観ていない選手が多かった。シンクロコーチングにより受ける前に観ているときはファーストタッチが足元ではなくボールを動かしながら相手を観てプレーできていた。習慣化するようにしたい。TR2ではボールを失わないようにプレーしていたがゴールを意識してDF背後のスペースを突くプレーがなかなか出なかった。幅を使うことは出来ていたがパススピードが遅く突破につながらなかった。オフの状況で常に周りを観ておくこと、ゴールを意識したプレーを優先させることが少なかった。

【さまざまなシュート】

キック自体は足首を固定しインステップでボールを捕らえる選手が多かった。ボールを捕らえられない選手は足首が固定されていない。また、オーガナイズではペナルティーエリア付近でのレス・タイム、レス・スペースの状況でのシュートということでコントロールからシュートをスムーズにできるだけ速くしたい。その為のコントロールにミスが多く動きながらのコントロールはまだまだ課題であった。ボールの移動中にゴー

ルを観る選手も少なかった。シュートを打つまでのパス&コントロールの質も課題があった。ヘディングはボールのコースに身体の正面で真っ直ぐにボールを捕らえることを指導した。足を動かさず首をひねってヘディングをする選手がいた。手の使い方も課題がある。

【ゲーム】

最終日は10v10を25分×2本行った。ポジションは自分達で話し合っていて決めていた。ノージャッジのプレーはなくGKからのビルドアップを意図的にプレーしシュートまで行った場面もあった。一人ひとりがパス&コントロールを意識的に動きながらプレーしていた。まだ精度が低いを意識してプレーを継続することが大切だと思う。守備では積極的にボールを奪いに行く守備が出来ていなかったがハーフタイムでのコーチングにより後半は改善されていた。

3. 食生活

初日の夜に大塚製薬のレクチャーを受け水分摂取と食事の大切さを感じたようだ。個人差があるが積極的におかわりをして食べる姿があった。ただ何人かの選手は普段の摂取量が少ないのか食べるのに時間がかかっていた。スタッフが最後まで付き合い選手も最後まで食べていた。

4. 【コーチング】

今回は地域スタッフにメインコーチを任せてナショナルトレセンコーチがサポートについた。TR前の部分では山崎さんに関わってもらいオーガナイズと役割分担をしてもらった。TR中はコーチ全員が関わりレスト選手の管理やDF役などみんなでTRを作っていた。

コーチングではフリーズが多いことやデモンストレーションを入れる場面など我々がサポートして地域スタッフに伝えた。地域スタッフも前向きに聞いてくれてコーチングが変化していった。もっと情熱を表に出し選手と向き合っても良いのではないかと感じる部分もありTR後の打ち合わせで伝えた。

5. まとめ【全体を通じて】

年度が変わり始めて複数回のNTCを開催するに当たり準備での課題があった。補助金や捕食などの配布物などJFAと地域との連携をスムーズに行いたい。選手達は外でのサッカーが久しぶりで慣れていない感じだった。また怪我持ちで参加した選手もいたのは残念だった。しかしTRは地域スタッフのコーチングもポジティブなものが多く選手がトライして改善する場面もあった。

この年代での指導者の関わりは重要であり選手に判断させながらも基本を身につけさせる。トライ&エラーを繰り返しながら成長していく選手を見守っていきたい。

TRに関わったコーチだけでなく北海道の選手達をみんなで育てることを共有していきたいと思う。秋の後期に向けて選手は所属チームに戻り活動するが一段と成長して秋に会いたいと思う。

次年度の前期は指導者講習会や女子選手の参加、選手の人数増を検討していく。最後に課題はありましたがこの時期に選手を集め複数回のNTCを開催できたのは選手、指導者への刺激になり良かったと思う。準備や運営で多くの関係者の協力がありました。ありがとうございました。