

# 2010 U-13/14HOKKAIDOトレセンキャンプ 後期

## HFAテクニカルレポート



2010年8月28～30日 【報告者】山橋貴史 徳田恒徳 國田英一郎 宮本英樹 齋藤正倫

### 1. 事業の概要

8月28～30日、日高町サッカー場を会場にU-13/14北海道トレセンキャンプ後期が行われた。今年度は、札幌・道南・道央・道東・道北の各ブロック、コンサ（札幌・旭川）に加えて札幌中体連から、U-13は計52名、U-14は計44名の総勢96名が参加した。

この年代の北海道の強化を目指し、指導スタッフは前日からトレーニングのシミュレーションを行い、プレーの質の向上を追究して指導にあたった。

スケジュールは、1日目：トレーニング&ゲーム、2日目：トレーニング&ゲームを午前・午後の2回、3日目：ゲームを午前・午後の2回。

トレーニングメニューはナショナルトレセン2010前期のものをベースに行った。



### 2. U-13

U-13はCグループとDグループに分かれて行いました。U-13の選手たちはピッチ内外において3日間とも、とても意欲的に取り組んでいました。

#### (1) ドリル

パス&コントロールでは常に正確にプレーしよう意識している選手が多くみられました。その中でも「動きながら」「観ながら」「タイミングを合わせながら」「選択肢を持ちながら」「確実に」ボールを動かせるようにすることをもっと高めていきたいと感じました。まだまだこれからの選手たちなのでパーフェクトではありませんが、リアルなゲームでぶれない技術を発揮するためにもその必要性を感じました。

#### (2) 守備

守備においては攻撃権を得るために積極的にボールを奪いに行くことを意識してトレーニングしました。その中で、正しいポジショニング、優先順位、コミュニケーションについて働きかけていきました。トレーニングでは初めはボール保持者への寄せる距離が遠く、自由にプレーをさせている場面が数多くみられましたが、徐々に意識する選手が増えてきました。3日間で徐々に改善されてきましたが、地区に戻ってからもこれを続け、習慣化してほしいと感じました。

#### (3) ポゼッション

ポゼッションでは、「ゴールを目指すポゼッション」を意識してトレーニングしました。トレーニングでは、特に、常に状況の変化を「観ながら」プレーをすることが課題だと感じました。その中でも特に、「相手とかけひきをしながら」プレーをすることや次のプレーのための「ポジションをとりながら」戦術的に賢くプレーできる選手が増えていくことに期待しています。

#### (4) ゴール前の攻防

3対3+GKのトレーニングを行いました。ここでは、「ゴールを奪う」、「ゴールを奪われない」という戦いの原点を追究していきました。その中で攻撃側のシュートへの意識の低さが大きな課題だと感じました。特に受ける前にゴールを意識していないために、シュートが撃てない場面が数多くみられました。

#### (5) ゲーム

ゲームでは「トレーニングしてきたこと」と「自分の特徴」が出せるように働きかけました。選手たちはトレーニングしてきたことを意識しプレーをしていました。無意識に身に付くまでには繰り返していく必要があるため、チームに帰ってからの継続に期待しています。また、U-13はゲームの中でストロングポイントのある選手が多いため、これからの成長を楽しみにしています。

### 3. U-14

前期に比べて28名増の44名でのキャンプであったが、さほど選手の技術の差は感じなかった。トレーニングを行うごとに選手全体のプレーの質が向上していくのを実感しながら3日間を過ごすことができた。

#### (1) 守備のグループ戦術・個人戦術

初日は積極的な守備の意識とその質の向上を目指すトレーニングから入り、3日間常にそれを求めながらトレーニングを行った。以下に挙げる点については徐々に成果として上がってきた。

- 1stDFを素早く的確に決定し、カバーのポジションをとったり、状況によってはプレスバックなどで奪う。
- 相手のパスコースを限定し、ボールの動きに合わせて全体がスライドしたり、マークをずらしたりしながら、相手に制限をかけてボールを奪う。

最終日のゲームでは、その成果が出て非常に引き締まった展開となった。ただ、グループとしての守備の戦術は理解と実践力が高まったといえるが、その中での個の実践力については以下のようなことを、もっと高めていく必要があると感じた。

- アプローチしたあとに、相手の動きに合わせて粘り強く対応する。
- スペースを埋め、パスコースを限定したり、相手のいくつかある選択肢のどれにも対応できるポジションを取る(中間ポジション)。
- スライディングなど体を張って相手のプレーを阻止する。…シュートやクロスブロック

#### (2) 攻撃のグループ戦術・BOX付近の崩し

相手がしっかりとブロックを作りタイトな守備をしてくる中で、それを崩すための攻撃については以下のような課題が残った。

- スピードに乗ると、コントロールがぶれたり広い視野を保てなかったりする。
- 攻撃が自分(ボール)と相手だけの関係になってしまい、味方との連携の中で個を生かし切れない。

カウンターアタックの時には、すでに相手の守備のブロックが崩れた状態で攻撃できるため、す

きをつけてゴールに迫ることはできていたが、意図的に崩しながらゴールするという点についてはプレーの質を向上させる必要がある。ゲームを読み、相手の守備を動かしながらゴールを奪う、そのための戦術理解および実行力については、今後も要求していきたい。



### 4. GK

#### (1) U-14

U-14は8名の選手でトレーニングとゲームを行った。FPとの合流の関係で十分なトレーニングをできたとはいえませんが、選手は意欲的に取り組んでくれた。特徴として、180cm台が2名、170cm後半の選手が4名おり、例年になくサイズのある選手が揃った。全体の印象としては、GKとしての技術についてはある程度のレベルにはあるが、それぞれにクセが見られ、正しいプレーの妨げになっているところがあった。また、キャッチングポイントが身体に近い選手が多く、ボールを弾いてしまうことが多かった。ゲームでは、ビルドアップへのかかわりに積極性が見られたが、攻撃の優先順位を無視した配球や状況判断の悪さからパスミスをする場面が見られた。また、コーチングしながらポジションを取ることができない、コーチングが具体的でないといった課題が見られた。これらはトレセン活動だけでなく、所属チームでのトレーニングやゲーム環境も関わる部分があるが、質の高いプレーを目指すためにぜひとも改善してもらいたい。

#### (2) U-13

U-13は9名(2日目以降は8名)でトレーニングとゲームを行った。どの選手も向上心を持ち、意欲的にトレーニングに取り組んでいた。身体的な特徴としてはU-14と同様大型の選手が多く、180cm台が1名、170cm前後の選手も4名いた。今後さらなる成長が期待できる。

技術面では、基本姿勢、キャッチングともある程度身に付いている選手が多かったが、強いボールがキャッチできない、移動を伴うと構えが遅れる、といった課題がみられた。負荷が大きい状況の中で技術を正確に発揮できるよう、普段から易から難へと段階を踏んだトレーニングを積み重ねていく必要性を感じた。

ゲームでは、効果的に配球しよう、ビルドアップに参加しようという意図のあるプレーが見られたものの、全体的には関わり不足が目立った。味方への指示の声が少なく、ゴール前でリーダーシップを発揮することができていなかった。ハイボールやスルーパスに対して出る／出ないの判断を自分で行えず、周りの選手から「キーパー」と言われてから動く、といった場面も見られた。

自ら主導権を握り、攻守両面で味方を組織していけるよう、今後さらにゲームでの経験を積み重ねていってほしい。



## 5. まとめ

今回集まった選手たちは TR に取り組む姿勢、自分のレベルアップに向かう意識が非常に高かった。TRはNTC U-14前期のメニューをやりましたがパス、コントロールを正確にプレーする意識は高いが精度はまだまだ質を追求していく必要がある。「より正確に、より速く」そしてこれからの日本サッカーでは動きながらプレーすることが求められている。どんなハイプレッシャーを受けても状況判断して正確にプレーできなければ次のステージへ上がることは難しい。北海道の選手たちは真面目でおとなしい印象がある。自分の考えを相手に伝えお互いをリスペクトしながらプレー中もオフ・ザ・ピッチも取り組めるともっと成長すると思います。そのためにはサッカーの基本戦術、技術を身につけること。オフでの良

い習慣を身につけることは必要なことです。



今回はドクター、トレーナーからレクチャーがあり選手が今後実践してくれることを願います。また、ピッチ上では自立した選手たちが自分たちで意見を出し合いプレーの質を高め合うトレセンをしたいと思います。

指導者は前日から集まり TR メニューの伝達とシュミレーションを行いました。選手によい TR をするためには必要なことで今後も続けていきたいと思います。選手に伝えるべきことを指導者自身も理解し準備することで更に質の高い TR をすることができます。また、北海道の指導者が集まりディスカッションしながら北海道の選手をどのように育成するのかを共有できる貴重な時間でした。運営にあっていただいた道央スタッフの皆様、各地区のスタッフの皆様ありがとうございました。今後も北海道から「世界で活躍できる選手の育成」を皆さんでやっていきましょう。

