

# 2010 ナショナルトレセンU-14東日本 後期 HFAテクニカルレポート



2010年11月19～23日

【報告者】國田英一郎 鈴木貴浩 斎藤正倫

## 1. 事業の概要

11月19日より5日間の日程で、福島県のJヴィレッジを会場にNTC U-14が行われた。8月に行われたU-13/14キャンプより選出された15名(U-14:6名、U-13:9名)が4つのグループに分かれてトレーニングとゲームを行った。スタッフはU-14担当の國田とGK担当の斎藤、そして前期に引き続いてサンクくりやまFCより鈴木貴浩氏にU-13担当として参加していただいた。

出発当日は、事前に伝わっていた便と実際に届いたチケットの便が違うというアクシデントに見舞われたが、なんとか全員無事にJヴィレッジに到着することができた。選手やその保護者の皆さんにはご心配をおかけし大変迷惑をかけた。責任者の國田・見送り担当の競・手配担当の業者との連絡に行き違いが生じていたので、今後改善する必要がある。



## 2. U-13(鈴木貴浩担当)

前期(U-14担当)に続き、後期はU-13のDグループ担当で5日間参加させていただきました。

U-13 Cグループ15名(GK2名含)のNTCコーチは菊池利三氏(ヴェルディSC岩手・花巻)、地域スタッフ3名(GKコーチ1名含)、Dグループ15名(GK1名含)のNTCコーチは安達勇輔氏(JFA)、地域スタッフ2名(GKコーチ1名含)でトレーニングおよびゲームを行い、22日(月)AMのトレーニングから選手の入替えをし実施した。

Dグループの北海道選手は、加藤大誠、伊川拓、樋口岳志、仁科佑太、成田拳斗。22日からは、久保田成悟、伊川拓、仁科佑太、前田海であった。

前期はほとんど選手役でしたが、今回は初日からトレーニング・ミーティング・ビデオ編集・スタッフミーティングなどなど、良い緊張感の中まだ居たいと思える非常に充実した5日間でした。

5日間のトレーニングの流れは、1日目アイスブレイク⇒ドリルA⇒ポゼッションA⇒8v8。2日目AMドリルB⇒守備A⇒ドリルD⇒ポゼッションC。PMドリルC⇒ポゼッションA⇒ポゼッションB⇒8v8(CvD)。3日目AMドリルB⇒ポゼッションB⇒攻防B。4日目AMミーティング⇒W-UP(4v2)⇒攻防A⇒守備B⇒守備C。PMW-UP(4v2)⇒ドリルC⇒守備B⇒8v8。最終日ドリルA⇒守備B⇒8v8(C,Dグループを各2チームの計4チームでリーグ戦)。5日間を通じ感じたことは、「基準が違う」という部分である。これは、北海道の選手及び指導者がもっとも意識しなければいけないと…、また日常から習慣化されなければ日本のトップには上がっていけないと感じた。「世界基準を目指す」という言葉は、我々地域の選手や指導者からすると感覚的に遠くに感じている方達は正直少なくないのではないだろうか…。しかし、遠くに感じる部分かもしれないが、そこを意識し日常を過ごすことは可能だし、意識し行動していけば、日常の習慣が変わっていくと思う。

細かなことは沢山感じるところはあったが、逆算の考えを、プレーのみならず北海道全体の思考も世界から逆算の考えを意識したサッカー環境を整えていく必要がある。基準が変われば、当然指導者の求めるところも、選手自身の技術・戦術の追求も変わっていく、地域やチームの結果を優先するのではなく、世界で活躍できる個々の選手育成にはここが一番必要ではないかと感じた5日

間でした。

北海道の選手たちの様子は、全体的には積極性を感じられた。プレー面では攻撃・守備、止める・運ぶ・蹴る、味方・相手・スペースなど、全てが単品でつながりを感じる選手が少なかった。得意の部品があれば通用してしまう日常の環境が原因ではないかと感じた。しかし、刺激のある日を重ねることにつながりが出てくる選手も出てきた。決して部品が悪いわけではないと思うので、やはり前述したような日常環境を北海道全体が変わっていかねばいけないと感じました。



### 3. U-14(國田英一郎担当)

13名(うち2名がGK)ずつの2グループに分けてトレーニングおよびゲームを行った。このグループは、5日間を通して入れ替えはしなかった。私が担当したグループのチーフはNTCコーチ(JFAアカデミー福島)の島田信幸氏で、選手は奈良銀二、倉持卓史、高橋和史であった。別のグループは、チーフが小池直文氏(横浜Fマリノス)で、選手は皆川諒太、鍋島周平、平川元樹が所属することとなった。

1・2日目で3回のトレーニング、中日にグループ対抗ゲーム(11人制)、4日目に2回のトレーニング、最終日にまたゲームというM-T-Mの流れで、選手も取り組みやすかったのではないだろうか。

すべてを通して感じたことは、常にハイプレッシャーの中でのプレーを要求されたということである。守備者としてボールへ寄せる距離は状況によって変える必要はあるが、スタートポジションはインターセプトができ、尚且つカバーできるポジションを取るよう細かく修正しなければならない。ボールへ寄せられない選手は、そもそもスタートポジションが良くない、もしくはポジシ

ョンの修正ができていないということも言える。

トレーニングは、守備の改善をしながら、その相手の攻撃にもはたらきかけ、常に研ぎ澄まされた緊迫感の中で行われていた。選手の向上心も高く、集中していた。

選手のプレーの様子を見てみると、そのようなハイプレッシャーの中で、複数の選択肢を持つアイデアの豊富さ、周りを観る力、どのプレーを選ぶかという判断力、あるいはより良いプレーを実践できる力を、十分に発揮できている選手は少なかった。ハイプレッシャー下では、何かが欠けてしまう。トレーニングやゲームを繰り返していく中で、徐々に意識は改善されていったが、実践できるまでには至っていないように感じた。

このことは、日常のトレーニング環境やゲーム環境が少なからず影響しているのではないだろうか。一指導者として、ゲームで考えられるあらゆる状況を生み出すことができるよう、日常のトレーニングを構築していかねばならないと感じた。

北海道の選手に要求したいことは、あらゆるプレーの精度を高めていくことであるが、それを試合のどのような状況でもできるようにしてほしいということである。また、このプレーは得意だがこのプレーはできないということではなく、すべてのプレーの質に関して飽くなき追究をしてほしい。そのためには、運動量の確保・フィジカルコンタクトの強さ・動きながらのプレー・相手との駆け引きなども、磨かなくてはならないだろう。

北海道の選手が、全国で、そして世界で活躍する姿が見られることを期待したい。その素質を持った選手は数多いと考える。あとは、その素質を磨くことができるかどうかではないだろうか。



#### 4. GK(斎藤正倫担当)

今回初めて参加させていただきました。私はU-13のグループに入りましたので、U-13のGKの様子を中心に報告します。

シュートストップでは、最初は1回でボールをつかめないことが多かったものの、トレーニングを通して改善されていました。また、アングルプレーでは移動した後の構えの遅れやポジションのずれ、といった課題がみられ、徐々に改善されてはいたものの、今後継続して取り組む必要があると感じました。

ゲームの中で最も課題となったのが攻撃への関わりでした。GKからのパスミスが多く、ゲームを壊してしまう場面が多々観られました。原因としては観ておく・観ることの不足、コントロールが足元、キックの技術不足、攻撃の優先順位などサッカー理解の不足、などが考えられます。これはどの地域のGKにも共通した課題であり、この部分への取り組みを強化することが、北海道のGKのレベルアップにつながると確信しました。

最後になりますが、今回参加させていただいて、多くことを学ばせていただきました。ほんとうにありがとうございました。



#### 5. 参加選手から

##### 加藤大誠(帯北アンビシャス)

僕が、このキャンプで学んだことはたくさんあります。その中でも、守備について、とてお学んだことがありました。プレッシャーの速さや、攻から守に変わった時の切り替えの速さやたくさんの収穫を得ることができました。3対3の時では、タイミングや、ファーストタッチの精度、ターンなど、今ま

でやっていなかったことがたくさんありました。ほかに、シュートの時にしっかりねらって、GKを見て打つということは、自チームではしておらず、最初はできなかったのですが、やっているうちに出来るようになったので、よかったです。また、次のナショナルトレセンに来れるように、日々努力を忘れず、またこの場に立てるようにがんばりたいです。



##### 伊川拓(スプレッドイーグルFC函館)

今回のナショナルトレセンを終えて自分の課題がたくさん見つかりました。その中でも、一番の課題ポジショニングです。ポジショニングでは、サポートが近かったり逆サイドにボールがあるときにあまりかわれなかったです。このことをチームに帰っても意識してまた次も来られるように、努力していきたいです。

##### 久保田成悟(コンサドーレ札幌U-15)

ぼくは、このトレセンに参加して、すごくいい経験になりました。いいプレーもあったし、悪いプレーもありました。今の課題は、守備面のところ。守備(1対1)が軽いのと、カバーリングが遅れてしまうところがだめでした。これからのチームでの練習や自主練などで取り組みたいです。これからのチームでの一つ一つの練習をがんばりたいです。

##### 中森雄太郎(室蘭SC)

ぼくは、初めてナショナルトレセンに来てすぐトレーニングで感じたことは自分の技術やテクニックでは全然ではないけど通用しないことがわかりました。でも、自分の得意なプレーの場面ではしっかり自分をアピールできたと思います。その自分の得意なプレーとは、ガツガツ体を当ててボールを奪うことで、ベガルタ仙台、横浜Fマリノスなどの選手からボールを奪ったりできてとてもうれしかったです。来年は前期の合宿に参加できるようにがんばります。そのために今回の合宿で出てきた課題を克服できるように毎日の練習から集中して取り組んでいきます。

### 成田拳斗(帯北アンビシャス)

今回のナショナルトレセンを通じて、発見した課題は、切り替えの所とファーストタッチの置く位置です。守から攻よりも攻から守の切り替えのほうが遅いというのに気づきました。逆に発見した成果は、くさびでもらう時に、前よりもゴールを意識したプレーをすることができたことです。課題の所は、チームにもどって改善していきます。感想は、ナショナルトレセンに来た人は、やっぱり積極的でした。最初はだれとも話せなかったけど、サッカーをしていくうちにコミュニケーションがとれました。サッカーはやっぱり人と人を結ぶスポーツだと思いました。来年もまた来られるように短所を改善し、長所をのばせるように日々努力していきたいです。

### 仁科佑太(アンフィニMAKI FC)

ぼくは、このトレセンに参加して、すごくいい経験になりました。いいプレーもできたし、悪いプレーがあって課題も見つかりました。U-14でトレセンに行くときは、悪かった所をよくして、よかった所を自分の得意なプレーにしたいです。このトレセンで改めてサッカーがすごく楽しいってことを感じました。たくさんありがとうございました。

### 前田海(FC DENOVA)

今回のナショナルトレセンは僕にとって初めての経験でした。緊張もあったのか、なかなか良いプレーができずミスばかりでした。でも、そこから自分のウィークポイントと今の時点でのレベルの差がわかりました。2~5日目は、よい緊張感の中で全力で取り組みミスは多々あったけど、わからなかったポジショニングや攻撃の仕方・守り方をこの合宿で学ぶことができたと思います。これをチームで、自分でやり、周りの仲間がこれについていけるよう全員に声をかけチームを強くしていきたいと思います。

### 樋口岳志(DOHTO Jr.ユース)

1日目、僕は緊張しながらグラウンドへ向かった。最初、北海道の人たちしか知らなくて、とまどった。だが、すぐ仲間ができてうれしかったし、緊張がほぐれた。2日目、練習が本格的に始まり、おどろいたことがある。それは、みんなが体力があることだ。ぼくは、何でそんなに動けるのだろう、と思ったまま2日目が終わる。3日目、午前中しかない練習をせいっぱいやった。4日目、チーム替えがあり、もっと仲間が増えた。5日目、試合だ。ぼくは足がつるほど走った。この合宿を通して、1つ目はもっと練習すること。2つ目は、努力すること。3つ目は仲間を大切に。この3つはチームにもどっても通していきたい。



### 三森哲太(コンサドーレ札幌U-15)

僕は、今回のナショナルトレセンで全国で通用するものとしめないものがはっきり分かりました。僕の通用するところは、身長の高さを生かしたセービングです。逆に、全国で通用していないところは、後ろからのパスやトラップ、つまり足技です。また、ラインの上げ下げや、逆サイドをしぼらせたりするのも、今後の課題です。いろいろな課題が見えたので、いい経験だったと思います。この経験を、今後のサッカー人生に生かしていきたいと思います。

### 皆川諒太(コンサドーレ札幌U-15)

ぼくは、今までで初めてトレセンに選ばれました。ナショナルトレセンは全国レベルとっていいくらいレベルが高く、正直「ついていけるかな」と1日目は先が心配になりました。だけど、コーチの温かい指導と周りの人に支えられて、サッカーの面だけではなく、生活の面(人とかかわり)でも、よりよくなれたと思います。自分的には、もっとできたと思います。そして、北海道と全国の「差」というものを感じて、少し悔しいけれどよかったです。これからは、北海道のチームとしてもっと強くなりたいです。そのためにも、今回学んだことをチームに持ち帰り、生かしていきたいです。今回はできなかったことも、もし次に選ばれたらできるようにしたいです。そしてもっと上を目指したいです。

### 倉持卓史(コンサドーレ札幌U-15)

僕が学んだことは、守備は、ファーストディフェンダーのよせる距離もっとよせることです。ファーストディフェンダーをしっかりよせないと、次の人のねらいがなくなってしまうからです。次は、追いこんだら奪いきることです。相手の攻撃の自由をなくすことです。攻撃は、幅と厚みを取って奪ったボールを失わずに攻めることです。このトレセンで学んだことは、とても貴重なことだったので、この学んだことをチームにもって帰って北海道ナンバーワンを目指したいです。

### 鍋島周平(スプレッドイーグルFC函館)

今回の遠征では、初めてのナショナルトレセンということで、かなり緊張したけど、1日目が楽しく、質の高いトレーニングができました。北海道で通じるプレーが通じなくて、けっこうへこみました。でも、1日1日トレーニングをしていったらみんなに近づいていっているような気がしました。今回の遠征で心に残っているのは、「観る」ということと、「ボールが動いているときからプレッシャーをしていく」ということです。小池コーチをはじめ、いろいろなコーチのアドバイスを受けて、この2つのことを意識してやることができました。今後チームにもどっても、この2つとこの遠征で学んだことを、みんなに話したり、自分で実践していきたいと思いません。また、ナショナルトレセンに選ばれたいです。あと、もっと上の所に行って活躍したいです。

### 平川元樹(コンサドーレ札幌U-15)

僕は北海道のトレセンに選ばれたことしかなくて、今回が初めての道外のトレセンでした。今回のトレセンでは攻守両面で大切なことを学びました。攻撃では、今までボールを受けてから考えていてもプレーできていたけど、東日本のレベルではすぐプレッシャーがかかってしまいます。なので、受ける前によく周りを見て、良い準備をしておくことが大切だということが分かりました。守備では、ファーストディフェンスの大切さです。レベルが高くなると、少しプレッシャーが弱いとシュートを打たれて失点につながってしまいます。自分がプレッシャーをかけることで、奪えなくてもチーム全体が守備をしやすくなるということが分かりました。僕は今まで守備の意識が低かったのもっと守備を意識してプレーしたいです。今回のトレセンではよいプレーも悪いプレーもあったので、これから意識して取り組みたいです。今回学んだことをチームのみんなに伝えて、自分自身も成長していきたいです。

### 高橋和史(SSS)

ぼくは、ナショナルトレセンという道外の選手と交流することが初めてだったので、楽しみな気持ちと不安な気持ちがありました。練習を体験してみて、自分には、メンタル、スタミナ、技術などが無いと改めて感じました。道外の選手とは、全国大会や道外遠征とかで対戦したことはあるけど、どれだけうまいのか正直わかりませんでした。ぼくは、自分で、メンタル、スタミナ、技術が全然ないと思うので、これからの練習でこれらのことを鍛えていきたいです。チームの人には、東日本の遠征がどんなものかを教えてお互いに意識を高くもっていきたいです。

### 奈良銀二(北見小泉中学校)

僕がこの遠征で一番感じたことは、観るということです。最初ぼくは「観る」ことについて意識はあまり高くなかったです。しかし、日がたつにつれてボールの移動中に観るということを少しずつ意識するようになってきました。でも、いざプレーをするというと、意識はできていても行動に移せず、見れていないため、選択肢を持たずボールを奪われていました。そのため、これからの練習でも、「観る」ことを意識し常にプレーして「観る」ことを習慣づけ頑張りたいです。他にはやはり早いプレッシャーの中では焦ってプレーし、ボールを奪われることがよくありました。そのため、「観る」ことを大事にし、ボール回しをしていきたいです。観ることを重点に、ボールを簡単に失わずプレーすることが自分の課題だと思うので、これからは練習で常に意識し頑張りたいです。

**※ トレーニングメニューは前期と同じです。  
前期のレポートを参照してください。**

