

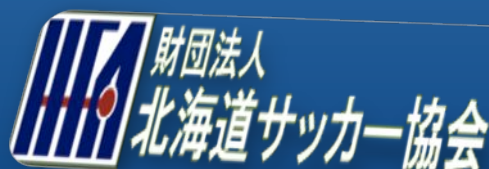
2011北海道トレセン女子 U-15第1期

2011年7月29日～31日

【報告者】 福木直人

練習場: 中札内交流の杜サッカー場

宿泊先: 中札内交流の杜宿泊施設



女子サッカー ブームから文化へ

参加人数

- スタッフ 17名
JFA3名、HFA4名、ブロックスタッフ8名、トレーナー2名
- 選手 69名
札幌25名、道央9名、道東18名、道南14名、道北3名

1. 事業の概要

サッカー女子日本代表のFIFAワールドカップでの優勝もあり、女子サッカーが注目されていることを肌で感じた3日間であった。道内のTV放送局からの取材が随時入り、それに対応する電話も多く受けた。女子サッカーに関わる一員として、今回の人気が一過性に終始せず、女子サッカー文化になることを強く願い、活動を進めていきたいと思う。

さて、各ブロックトレセンから選出された69名(当日欠席2名)というラージグループから、北海道全体の課題と成果を抽出し、選手・指導者間の交流を目的に、昨年度から同様な形式で実施している。

地域ブロックでのゲーム、シャッフルグループ

でのトレーニングやゲーム、最後に地域ブロックでのゲームという内容であった。

初日の夜は大塚製薬さんからの水分補給についての講義、二日目の夜は浮田氏からのJFA エリートキャンプU-13についての内容、小林氏からのGKを中心としたJFAの取組についての講義であった。また、グループや地域ブロック毎でのミーティングも行われている。

セルフケアやチェックの時間を設定し、トレーナーにアイシングやテーピングの巻き方などの指導も含めて、対応して頂いた。



北海道での一貫指導をブロックトレセンから！！
日本代表とオリンピック代表を2015年までに輩出する！！
和歌山国体(2015)までには優勝を！！

2. トレーニング&ゲーム内容

(1) 29日(金) 【全員でGK、ゲーム①】

初日は、まず JFA アカデミー女子 GK コーチ・小林氏による全員で GK トレーニングを行った。手でボールを扱う GK トレーニングのみならず、アイスブレイクの要素も取り入れて頂き、コミュニケーションも選手間で十分図られていた。その後、ブロックトレセンを基本としたチームでのゲーム(8人制15分)を実施、DFのアプローチやポジショニングに改善点が多く見られた。攻撃から守備への切替が遅く、1st DFが決定できずに失点するケースが見られた。また、攻守ともにボールだけを見る傾向にある選手が多く、選択肢が増えない中でプレーも目立った。



(2) 30日(土) 【TR①:守備、ゲーム②】

初日の様子から、トレーニングメニューはFP【守備】、GK【基本技術】に設定した。前日にはスタッフ全員で JFA の松田氏の指導の元、シミュレーションを実施し、キーファクターを共有してのトレーニングであった。ゴールとボールを結んだ直線上に、いつでも奪える距離を取るという守備の個人戦術を習得させられるよう、各グループそれぞれ選手の実態に合わせて、ステップワークやドッチングなども取り入れていた。また、スライディングについても随時指導し、最後まで粘り強く守る姿勢を伝えた。午後からは、グループでのゲーム(8人制15分)を実施、守備面ではアプローチもポジショニングにも改善が見られ、失点も減っていた。その分、攻撃面で前に急ぐ傾向が目立ち、簡単にボールを奪われるケースが見られた。ゴールへの意識が足りずに、安易にバックパスす

る傾向もあり、攻撃を意識したコーチングも聞こえた。また、普段なかなか GK 専門コーチからの指導を受ける機会の少ない GK 選手にとっては大変有意義な TR であったと思う。また GK からのビルドアップするプレーも見られてきたので、攻撃面でも課題が見受けられた。

(3) 31日(日) 【ゲーム③】

当初は地域ブロックでのトレーニングを考えていたが、ゲームの中から各地域の課題や成果を見つけることにし、45分程度の TR からゲーム(8人制15分・5分・15分)を実施した。初日のゲームとは違い、1st DFの決定が明確になり、チームとして守る意識が高まっていた。選手間での声かけもポジショニングやプレーの質についての内容が多く、フットボーラーとしてより成長した印象を持っている。また、二日目よりもボールを大切に回しながら、タイミングよくアクションでボールを要求したり、ゴールに迫ったりするプレーも見られるようになっていた。各地域ブロックでのミーティング時に、スタッフからの指摘や選手からの話し合いの成果もあったと思われる。





3. 北海道トレセン女子 U-15 の成果と課題

選手たちの課題としては改善された部分も含めて2点あげられると考える。

① **選択肢をもってよりよいプレーできるよう観る習慣がまだ十分身に付いていない。**

ボールテクニックに十分自信がもてない選手も多いからか、観ながらプレーできる選手は多くない。その結果、パスコースが少なく単純に前だけに攻め急いだり、ボールウォッチャーになり、簡単に背後をつかれたりするプレーが何度も見られた。しかし、後ろからのビルドアップでは意味もなく蹴るプレーはまず見られなくなった。GK も含めてみんなでボールをつなごうとする意識は高まっている。しかし、よりよいプレーを選択するためにも、攻撃時のみならず、守備時にも「何を」「いつ」観ながらプレーするのか、今後も課題と言える。

② **オフ・ザ・ボールでの動き方や運動量などプレーとの関わりが不足している。**

この数年で選手たちに求められるプレーのレベルが高まっている印象を受ける。選手たちのレベルも高まっているが、ボールを持たないときの動きが少ないと感じる。ボールしか見ることが出来ない結果とも言えるが、攻撃では自分からアクションして、ボールを呼び込むプレーは少ないし、スペースを作るために相手を引きつける空走りも少ない。JFA エリートキャンプ U-13 に参加した北海道選手からも運動量の不足を課題に挙げていたが、運動の質と量ともに絶対的に不足している。北海道の課題ととらえ、Ⅱ期以降の取組でも考慮していきたい。

選手のプレーではないが、GK を女子としてどのように育てていくのかも大きな課題と言える。今回は JFA より小林氏に来て頂き、7名の GK を見て頂いた。北海道 GK プロジェクトにも女子選手が参加し、資質を向上させている。女子として GK をどのように育てていくか。今後の課題である。

4. まとめ

69名の選手と17名のスタッフ、総勢86名という大集団でのトレーニングキャンプではあったが、Ⅰ期の取組としては2011年の北海道女子 U-15 のレベルや課題を把握しやすく、また各ブロックⅡ期への選手選考にも参考になると感じている。近年の北海道出身選手の活躍からも、北海道における選手全体のレベルは決して低くない。その分、スタッフの指導力向上もより一層求められる。そういった意味でも、シャッフルしたグループを HFA、ブロックスタッフがいっしょになってトレーニングを構築できる本トレセンは今後も必要である。

最後に、本トレセンへ貴重なアドバイスや講義をして頂いた JFA トレセンスタッフ松田氏・浮田氏・小林氏、本トレセンを支えて頂いた各地域ブロックトレセンスタッフの方々、選手のケアに尽力されたトレーナーの平岡先生・山内先生、選手たちを快く参加させて頂いたチーム関係者、いつも選手たちの最高のサポーターである家族の皆様感謝の気持ちを伝えたい。

今後の予定

- 8月27日(土)～29日(月)
北海道トレセン女子 U-15 第Ⅱ期
練習場：SSAP、東雁来公園
宿泊先：札幌サンプラザ
- 10月8日(土)～10日(月・祝)
北海道トレセン女子 U-15 第Ⅲ期
練習場：SSAP、東雁来公園
宿泊先：夢きたれ
- 12月9日(金)～12日(月)
ナショナルトレセン女子 U-15
練習場：静岡県御殿場市時の栖

