

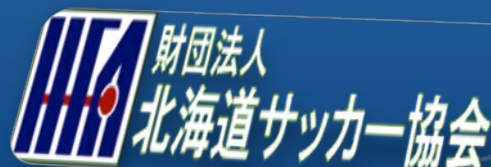
2011 ナショナルトレセン U-12【北海道】後期

【報告者】ナショナルトレセンコーチ
北海道担当：山崎茂雄

2011年10月14日～17日

場所：札幌サッカーアミューズメントパーク(人工芝)

宿泊：札幌サンプラザ



未来のサムライブルー・なでしこをめざして

＜参加選手数＞ 32名

＜指導スタッフ＞

- 山崎茂雄(NTC:選手・責任者)
- 山橋貴史(NTC:選手)
- 岸本浩右(NTC:選手 GK)
- 木村浩吉(NTC:指導者)
- 松田 哉(NTC:女子)
- 浮田あきな(NTC:女子)
- HFA 北海道トレセンスタッフ



2. トレーニング

全員で GK

岸本 GK コーチのもと地域スタッフと NTC が参加して実施した。選手が 8 人 4 グリッドに分かれ指導スタッフも一緒に実技を行った。岸本コーチの声かけで選手たちはリラックスして、ボールを使ったアイズブレイクからコーディネーション、基本的な動作や技術の習得に取り組んだ。

テクニック

動きながらのコントロールとキックの正確性に課題が見られ、時間をかけて取り組んだ。具体的には、まず足やマーカークの条件付けによりファーストタッチやパスの質を求めた。そして前もって視野を確保し良い準備をしておくことで意図のある技術の発揮ができるようになった。当初は、パスやコントロールに緩慢なプレーも見られたが、徐々に改善され、状況を判断して技術を発揮する選手も増えた。



1. 事業の概要

2011 ナショナルトレセン U-12 後期は、札幌アミューズメントパークでの開催となった。選手たちはトレーニングを重ねるごとに意識に変化が表れ、判断を伴う技術の発揮を見せた。又、指導者講習会は、50名の参加となりトレーニング見学、実技、レクチャーを実施した。途中、豪雨によりスケジュールの変更を余儀なくされる場面もあったが、参加者の方々の協力により予定通りの内容で実施することができた。

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！！

TR1・TR2 では、味方や相手を見ておくことによりファーストタッチやパスの質を高めた。TR1 では 2 人 3 組の攻守の切り替えありのオーガナイズまでを到達目標とし、TR2 はパスの成功本数と逆サイドのフリーマンからの反射成功で得点としてゲーム性を高めた。開始当初は全体的に秩序なく動く傾向が強く、有効なテクニックの発揮ができなかったが徐々に改善され、優先順位や選択肢・パスの質などのファクターを意識するなどの変化を見せた。



守備

まずボールを奪いに行くこととオフでのポジショニングを意識させた。チャレンジ&カバーというよりむしろチャレンジ&チャレンジに近いイメージで奪いに行くことを強調した。アプローチから 1 対 1 に切り替わる時の判断やステップワークに課題があり、オンザボールの粘り強い守備までを意識させた。移動しながら相手との距離やボールスピードなどを見て判断する力と感覚が不足していると感じた。



フィニッシュ

トレーニング途中(ウォーミングアップ)での豪雨により中止をしたため、翌日の(ゲーム)ウォーミングアップを利用してフィニッシュの TR1 を行った。特に見ることと合わせ、動きながらの踏み込みやキックでのスウィングの正確性に課題があり、安定した正確なキックができない状況が見られた。又コーディネーション能力を高めボディバランスの向上に繋げる必要性も感じた。



ポゼッション

ウォーミングアップでのターンは、その後の TR で有効であった。特に 3 番目のターンは出し手と受け手の意識がハッキリして行えたのでイメージがわきやすかったのではないかという印象を受けた。テクニックの復習的な部分もありスムーズにオフでの準備の質を高めて行くことができた。ボールを自分が受ける時・自分が選択されない時・パス&ムーブで自分が主役になるなど優先順位を意識しながら簡単なプランを持ってプレーできる選手もいた。GK はサーバーで関わりテクニックとパス&サポートについてより意識して取り組んだ。

3. ゲーム

1 日目と 4 日目(最終日)に 8 対 8(7 対 7 を含む)のゲームを実施した。12 分(10 分)×3 ゲームのリーグ戦形式であったが 4 日目のゲームは攻守に渡って改善されたものとなった。特に攻撃ではポゼッションとターンやパスの質・仕掛けで、守備ではアプローチとポジショニングの部分での変化が見られた。ゲーム展開もスピードが上がり GK の関わるビルドアップの回数も増えた。



女子に至っては今回 2 名の参加であったが積極的に参加する姿勢が見られたのは収穫の一つであった。選手自身が Dr と相談して出来るところまでプレーしたり、男子の中でも遜色なくプレーできる勇気とテクニックを持った選手がいたりと個性的であった。

4. レクチャーと グループ別ミーティング

3 日間を通して、レクチャーの時間を利用して今回のテーマにそった編集 DVD を見せた。その後グループ別のミーティングを、それぞれの内容についてコミュニケーションをとりながら実施した。

5. 指導者講習会

木村 NTC の指導のもと 50 名の参加者で実施した。講義では①全少②プレーの原則について③テーマに即した映像を使って振り返りとトレーニングの『ころ』を伝えた。実技では女子 NTC の松田氏がサポートとなり受講生に多くのプレー時間を保証する意図でピッチ全体を使って行われた。特にコーチングや講義での問答では新鮮な印象を受け理解できたという声が聞かれた。

6. まとめ



今回のナショナルトレセン U-12 後期では 32 名(前期 36 名)の選手を招集した。

プレーについては、毎年のことながら基本の習慣化の必要性の再確認の場となった。特に判断を伴うプレーは、攻撃・守備の双方での課題である。意図のあるプレーと技術の発揮に加え、守備ではベースとなる個人の積極的な守備意識も高めて行かなければならないと感じた。また、個性の捉え方として、現在バランスの良い選手、今後身体的な発達が顕著であると思われる選手、感覚的に良いものを持っているが現状では力が発揮しにくい選手・etc などさまざまな要素があると思う。5~10 年後の姿を見据えた基本の徹底(パーフェクトスキル)の指導と伸び幅を考慮した評価について共通認識を深めて行くことが大切であると感じた。

北海道の地域スタッフの方々のサポート(オン・オフザピッチ)での積極的な取り組みが印象に残った。TR 開始前の準備(マーカーやコーンの設置などのオーガナイズ)や TR に対するサポートの姿勢、指導を改善しようとする意欲が強く、プレーヤーズファーストの精神が感じられた。また生活面やその他の選手管理についても同様であった。又、今回初めて、地域スタッフが主導でトレーニングの映像を編集し選手へのフィードバックを行った。是非、このような取り組みの成果をブロッ

クや地区へと伝えて頂きたい。

ナショナルトレセンでは選手達に刺激を与え改善をし、今後へのレベルアップを図る狙いがある。今回のキャンプでは、多くの選手が積極的に取り組み、判断を伴う技術の発揮での質の向上が見られた。しかしながら、彼らの基盤になっているのは日常のトレーニングであることは言うまでもない。そのために我々指導者は、彼らにサッカーの楽しさを感じさせつつ、トライ&エラーを繰り返せるアラートなプレー環境を提供して行かなければならない。まずは、**ゴールを目指す**

ための判断を伴ったテクニックの質(正確性)と個で積極的にボールを奪いに行く・奪う力を高めていきたい。



<選手に関わる方々へ>

選手達のキャンプ中の食事の量は、日ごとに増えて行きました。バイキング形式の夕食では、お替わりをする選手が多く出ました。基本的に朝、昼、晩と質や量ともに好き嫌いなく食事をするのが大切です。食事や就寝に対しての選手への働きかけもナショナルトレセンの大切な指導の一つであり、良い技術を持っていても強い心と体が備わっていなければ試合で実力を発揮することは難しくなるでしょう。指導者・保護者・その他の周囲の大人の関わりの中で、北海道の選手たちが更に逞しく成長することを期待しています。

