



# 2012 ナショナルトレセン U-14 【東日本】前期

【報告者】 中町正樹（責任者・U-13）  
田中拓也（U-14）  
伊藤公（GK）

2012年5月16日～20日

会場：静岡県時之栖スポーツセンター

財団法人  
北海道サッカー協会

## 日々の積み重ねで原理・原則の理解へ

### 1. 事業の概要

5月16日(水)～20日(日)の5日間、昨年度と同様に、静岡県時之栖スポーツセンターで実施された。北海道からの参加は、4月のHFAトレセンキャンプ前期で選考されたU-14：7名(FP6名・GK1名)、U-13：10名(FP9名・GK1名)の計17名とスタッフ3名(U-14：田中・U-13：中町・GK：伊藤)であった。

前日(15日)のシミュレーションと1日目(17日)午前の地域スタッフによる指導実践で、トレーニングの目的を確認して、5日間のナショナルトレセンがスタートした。トレーニングは、それぞれのグループのチーフであるナショナルトレセンコーチが選手の実態に即してトレーニングを構築して、地域スタッフがサポートする形であった。



### 2. U-13 (担当：中町正樹)

私自身、昨年度はU-14での参加、今回はU-13での参加となり、北海道の選手の他地域との比較や、トレーニングでのコーチングだけではなく、1つカテゴリーが違うことによるサッカー理解の差など、大変参考になることばかりで充実した6日間となった。

U-13は、18人×2グループに分けられ、山崎茂雄氏・小池直文氏に地域スタッフが加わってトレーニング・ゲームが行なわれた。

全体的な印象としては、U-13年代では、まだまだサッカーの原理・原則が理解されておらず、サッカーの目的であるはずの『ボールを奪う』ことよりも「何となくマークについて、何となくボール保持者の近くにいる」状態、『ゴールを奪う』ことよりも「何となく近くの味方にパスをする」状態のプレーが多く見られた。守備であれば、マークとボールを同一視しながら、マークとスペースを意識して、マークにパスが来たらインターセプトをするためにア

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！！

アプローチをして、簡単に抜  
かれられないように粘り強  
くついていく。体格  
差・スピード差があっ  
ても、食らいついてい  
くプレーが求められて  
いた。また、攻撃であれ  
ば、全員が優先順位を意識



しながら、ボール保持者がプレーを判断する、周りが  
それを引き出すポジショニングをとることが求められ  
ていた。ゲームでの得点場面をとっても、良い守備組  
織の中を高い攻撃能力で得点できた場面よりも、攻撃  
にミスが多く見られても守備能力が低いために得点に  
つながった場面が多く見られた。

また、各地域で見られていたはずの選手それぞれ  
の特徴を発揮することができず、ストロングポイントを  
アピールできていない選手が多かった。ベースが高い  
中でもストロングポイントを発揮できる選手が多く出  
てくる必要があり、逆に、ストロングポイントがある  
中でベースを高めていけるトレーニング・環境を作り  
出すことが大切であると話していた。さらに、ドリル  
のメニューにも組み込まれているヘディング・ボレ  
ー・スローイン・スライディングなどの基礎技術の質  
が低く、各地域・各チームでこの質を徹底的に上げる  
必要性を訴えていた。

北海道の選手は、エリートキャンプのときは原理・  
原則の理解の部分で、ほとんどの選手が未熟さを感じ  
たが、NTCでは他地域と変わりなくプレーしている  
選手もいた。しかし、前述したように、U-13年代  
は総体的にサッカー理解がされていなかったため、他  
地域との比較も例年に比べると難しく感じられた。

ただ、サッカーの原理・原則の理解は一朝一夕で身  
につけられるものではないので、北海道トレセン・各  
ブロックや地区トレセン・各

所属チームが情報の共  
有を図って、選手を  
育成していかなけれ  
ばならない必要性を  
強く感じた。



### 3. U-14 (担当：田中拓也)

今回、はじめてナショナルトレセンに参加し、たいへん貴重な体験をさせていただきました。前日のシミュレーションでは、コーチングの仕方やキーファクターの本質理解など多くのことを学ぶことができました。また、関東のJクラブの選手たちと北海道の選手たちとの差を肌で感じることもでき、充実した6日間となりました。

U-14は、選手30名+U-13からのカテゴリーアップ1名を含めた31名を2グループに分け、トレーニング・ゲームが行われました。最終日は、11対11のゲームで5日間の成果を試すこととなりました。指導はナショナルトレセンスタッフの江尻篤彦・菊池利三両氏に地域スタッフ3名が加わり、各グループをまわり、全体(全員のプレー)を見ることができました。

全体的な印象としては、選手個々のレベルの差を大きく感じました。各地区から選抜された選手だけあって、テクニックの部分ではさほど差はありませんが、ストロングポイントをもっている選手ともっていない選手との差が顕著に現れていたと思います。北海道の選手においても、アベレージ+ $\alpha$ を伸ばしていかなければならないと強く感じました。

また、サッカーの原理・原則をもっと理解させる必要があります。テクニックのドリルトレーニング「三角パス」を例に挙げてみると、サッカー理解のある選手はスムーズにまわすことができましたが、乏しい選手にはぎこちなさが目立ち、流れを止めてしまう場面がみられました。

前期トレーニングでは「守備」を課題とし、多くの時間を費やしています。具体的には、攻撃している時の守備の意識が薄く、攻守のバランスが悪いということがあげられます。U-14でも、攻撃しながらも守備のことを考えてプレーする必要があります。ゴールシーンの裏には守備の甘さがあり、リスクマネジメントをとりながら、ゲームを組み立てる能力が必要です。これは

日々のトレーニングの中で常に意識した取り組みを行うことが大事だと思います。

グループ別ミーティングでは、その日のトレーニング映像を編集し、自分たちのプレーを実際に見て、考えさせていました。また、海外選手の良いプレーを見せると、選手の意識も変わり、次の日のトレーニングに活かされていたようです。

オフザピッチでは、道具の管理から生活にいたるまで選手の自主性を促していました。食事での座席やトレーニング前の会話、休み時間での過ごし方をみていると北海道の選手同士で集まり、積極的に他地域の選手とコミュニケーションをとっている選手は少なかったようです。また、チェックアウト時の後片付けにも課題がありました。指導者が見守りながら選手に気付かせることが自立に繋がりますが、日常の習慣から意識させていくことが大切だと感じました。

トレーニングメニュー自体は特別すごいものではないと思います。選手たちのプレーやレベルに合わせ、オーガナイズの変更や工夫が必要であり、指導者側の学び続ける姿勢が重要だということ学びました。今回、ナショナルトレセンに参加して、私自身とても良い刺激となりました。今回の体験を今後の指導につなげていきたいと考えています。

### 3. GK (担当：伊藤公)

今回は、U-13のGKを担当しました。

選手は、U-12年代のゴール、ボールの大きさが違い、思うようにプレーが出来ずとまどっていましたが、向上心が高く、毎日のトレーニングでプレーが改善されて行きました。

#### (1) トレーニングについて

前期トレーニングについては①シュートストップ②ブレイクアウェイ③ディストリビューションを中心に行いました。

前期は課題を積み残さないで、プレーの質を追求することを主眼に置き、トレーニングを実践しました。

キャッチングについては1回でボールをつかめない傾向が多く見られました。基本姿勢

の手の位置や構えるタイミングがつかめないことが原因であり、そこに焦点をあてトレーニングを行いました。

アングルプレーでは、ニアサイドが開くなどポジショニングに問題がありました。適切なポジショニングをとる際に、何を目安にしてポジションを確認するかを意識させながらトレーニングを行いました。

ブレイクアウェイでは、選手が積極的にゴールを広く守る意識を持ち、相手のファーストタッチを狙えるよう、目的を持ちながらポジションを取っていました。シュートに対してもしっかりと準備が出来ていて構えるタイミングがしっかりと取ることができていました。

ディストリビューションでは、スローイング、キックを中心に行いました。選手たちは、狙いを持ちしっかりと相手の状況を観ながら、スローイング、キックの精度が高まるようトレーニングしていました。

#### (2) 感想

初日のゲームと最終日のゲームを比較してみると、選手たちはトレーニングで得た成果を出そうと積極的にプレーしていました。

ボールとポジショニングの連携についても、ボールが遠くにあるところから、味方へコーチング、選手自身も狙いを持ちながらポジションをとり、予測しながら良い準備ができるようになっていました。

ディストリビューションについても、攻撃の優先順位の理解がされ、キック、スローイングの質が高くなっていました。

招集された選手は何かを吸収しようとする向上心があり、その熱意が日々の技術向上につながったものと実感しています。

