

HKFA Technical Report

2016 地域トレーニングキャンプU-17（北海道）

開催日時

平成28年11月 8日(火)
～11月10日(木)

会場

札幌サッカーアミューズメントパーク
(人工芝、屋内練習場)、
伊達まなびの里サッカー場、
札幌第一高校サッカー場

報告者

北原 次郎 (NTC)
國井 康之
(北海道トレセンU-16)
中村 拓朗
(北海道トレセンU-14)
舟田 彩一郎
(ゴールキーパープロジェクト)
池田 祐真 (トレーナー)

1 事業の概要

11月8日(火)から10日(木)までの3日間、「U-17地域トレーニングキャンプ北海道」を札幌市と伊達市で開催した。前週末に大雪が降ったため、中止も検討しなくてはならないほどだったが、札幌アミューズメントパークには室内練習場もあったため、雪が溶けることを期待して強行開催の運びとした。最終的には全日程を消化することができたが、それは宿泊施設や札幌アミューズメントパーク、そして地域スタッフの柔軟かつ迅速な対応のおかげであった。3日間のスケジュールは以下の通り。

11月8日(火)		11月9日(水)		11月10日(木)	
		7:00	起床・朝食	8:00	起床・朝食
		8:30	出発		
9:30	集合 トレーニング① (守備)	9:00	トレーニング② (攻撃)	9:30	出発
11:15	トレーニング終了	11:00	トレーニング終了	10:00	レクチャー
	移動	12:00	宿舎着 昼食	11:30	トレーニング③ (攻撃)
13:45	伊達まなびの里着				紅白戦
14:20	トレーニングマッチ vs北海道大谷室蘭 (30分×3本)	14:15	ミーティング	13:30	終了・解散
	移動	15:00	ミーティング終了 移動		
19:00	宿舎着 夕食	17:00	トレーニングマッチ vs札幌第一高校 (35分×3本)		
20:00	レクチャー		移動		
21:00	レクチャー終了	20:00	宿舎着 夕食		
22:00	就寝	22:00	就寝		



世界基準を日常に
日本のトップレベルを目指す北海道
5ブロックでの一貫指導体制の構築

2 ゴール前の攻防（守備）

それぞれの日常をより厳しいものへと変化するきっかけを与える、というトレセンの意義も考慮し、まずは守備のトレーニングから行うことにした。トレーニングを通して、ボールを奪う意識は高くなった。

初めは、相手のミスからボールを奪えることが多かったが、もっと「仕掛けて奪う」ことを提示した中で選手は相手への距離を近づけ、ボール状況を判断しながら実際に相手からボールを奪い取ることに挑戦してくれた。中には最後までスピードが上がらない選手もいたが、奪いに行くことの大切さと難しさの両方を感じてくれたと思われる。

また、ボール中心の守備の中で、奪いに行くこととカバーすることの両方を常に考えなくてはならないという意識は向上した。

今回の選手たちはスピードを上げて守備をすることが苦手な選手が多かった。奪いに行くスピードも課題だったが、戻るスピードも課題の一つであった。また、ボールを奪いにいける状況でも、その状況を見逃して、奪いにいけない選手が多かった。

3 ゴール前の攻防（攻撃）

トレーニングを通して、前を向くという意識は高くなった。トレーニングマッチを見ても、ボールを止まって受けて、横か後ろに返すプレーが多かったため、前向きを作ること、動きながらプレーすることを求めた。

トレーニングのメニューでは室内練習場の大きさもありW-upは少し変更せざるを得なかったため、パス&コントロールのターン動作にフォーカスしたものや2vs2+1のポゼッションなどを取り入れ、前向きを作ること、動きながらプレーすることのメリットを整理した。

タイミング良く受けること、マークを外す意識、動きの優先順位のところは少し改善されたが、お互いを観てポジションを取り、変化を観て動き出すこと、動き直すことまでは改善されなかった。

また、それを攻撃時に相手を観て判断することや、それを共有することは不十分であると感じた。

4 アタッキングサードの崩し（動きながらのプレー）

北海道の選手の共通した課題であるが、トレーニングを通じてゴールから逆算したプレーという意識は高くなった。良い準備をして、ボールを受けて、前向きを作る、というところまではトライしていたが、そこで簡単にバックパスをする選手が多かったため、そこでもっと相手を突破する努力をすることを求めた。高校年代でチームとして攻守の形が色濃くなっていくと個人の努力が減る傾向にあるが、そこでもっと個人のオンザボールでもオフザボールでも努力することが必要なのではないかと感じた。ここでも攻撃時に相手を観て判断することは不足していた。

5 GKについて

キャンプ全体のテーマに沿いながら、U-16までの積み上げとして、テクニックと個人戦術が身につけているを確認することと、ゲームの中で自信を表現することに挑戦した。

ボールにプレーする前の準備の意識を高く持つことでボールや相手、味方などを観ておく、観ることの対象を広げることができた。状況を把握できることで、予測を持ち狙いを持ってプレーできるようになり、ポジショニングの修正やコーチングの質を高められた。また、攻撃時には積極的に関わることができ、パス&コントロールの技術を発揮し、ビルドアップにも参加できていた。

今後は状況に応じたポジショニングやプレー強度が高い中でのテクニックの発揮などが求められる。さらには状況に応じて味方への具体的な指示を出せることや攻撃の優先順位を感じながらディストリビューションによる効果的なプレーも必要である。今回、2名のGKが膝の障害を抱えてキャンプに参加していた。本人たちのプレーや身体チェックにより、大臀筋やハムストリングの筋力が弱いことが分かった。これらの筋力が強くなることで構える姿勢が安定することやステップングの初動を速められること、力強いダイビングが期待できる。最後に、良い準備を続けると積極的なプレーが多くなりトライ&エラーを繰り返しながら試行錯誤する姿が見られた。自己分析を促しながらプレーを続けさせることで、「知っていること」「分かっていること」から「できる」感覚へと変わっていく様子が伝わってきた。自チームでもモチベーション高く継続してトレーニングを続けてもらいたい。

6 レクチャー・ミーティング

このキャンプの中で3回のレクチャー・ミーティングを行った。

1日目の夜には、まずこのキャンプの意義を説明。その後「U-17ヨーロッパ選手権」のTSGを用いて、レクチャーを行った。同年代のヨーロッパの選手たちがどのようなプレーをしているのか、映像を用いることで十分理解できたと認識している。

2日目の練習試合前には、前日の練習試合映像を用いて、分析ミーティングを行った。課題は下記の4つ。

- ①守備のポジショニング
- ②ビルドアップから前向きの選手を効果的に作り出すこと
- ③攻撃時に相手を観て判断すること
- ④ラストパスの質

3日目の練習前には前日の練習試合映像を用いて、再度分析ミーティングを行った。課題は下記の5つ。

- ①ビルドアップ時のポジショニング
- ②ビルドアップ時のパススピード
- ③ボール状況で動きを変えること
- ④攻撃時に相手を観て判断すること
- ⑤スローインの守備

これらをサッカー理解を深めるという意味も含めて、ある程度長い時間をかけて映像でレクチャーを行った。レクチャーを通して「状況を判断して、効果的なポジションを取り、相手が嫌がることを意図的に選んでいく」ことの重要性を理解してくれたと思う。

7 食事に関して

ホテルでの食事は、時間等の変更にも臨機応変な対応をしていただき、量も非常に多く充実したものとなった。また、スタッフ全体で指導できたことにより、食事の重要性、食事の摂り方の実際を把握することができたと思う。

8 まとめ

昨年度から再開したこの「U-17地域トレーニングキャンプ」であるが、遅咲きの選手を見つけ出すという意味では非常に有意義なものであると感じた。

来年度以降は国体予選を北海道で行い、U-16ブロックレセン(北海道5ブロック)をより充実化する方策をとるなど、U-16年代でのベースアップも模索している。そういう中で、来年度以降はよりレベルが上がっていくことが期待される。また、地域スタッフの努力により、修学旅行の日程などを考慮しスケジュールリングしたことで、昨年よりは招集したいができないというメンバーは少なくなった。当然、大学経由で成長していく選手も全国的には多く存在するので、今回のキャンプをきっかけに、将来的にそういう選手が出てきてくれたら非常にうれしい。

今回の参加選手の特徴としては、オフザボールでの積極性は見えるものの、オンザボールの部分では怖がったり、安全すぎるプレーを選択してしまったりする選手が多かったように感じた。また、攻守において、ポジションについた後にスピードを上げてプレーすることができない選手が多かった。止まってプレーする選手も多いたとも感じられた。

これらの課題をそれぞれの所属チームの日常の中でも、改善に取り組んでいくことが今後のそれぞれの成長のためには必要であると考える。

今回の「U-17地域トレーニングキャンプ」は例年では考えられないような悪天候の中、様々な関係者の臨機応変な対応により、無事に全日程を消化することができた。前日にはトレーニングマッチを行うこともできないと思っていたが、初日には急遽、雪のない伊達市のグラウンドを押さえていた北海道大谷室蘭高校に都合をつけていただいた。また2日目には札幌第一高校の選手たちが朝早くから雪かきをして、ゲームができるグラウンドを準備してトレーニングマッチを行ってくれた。このように多くの方に支えていただき今回のキャンプを行うことができた。末文だが、改めて感謝申し上げた