

HKFA

Technical Report



北海道トレセンU-13,14 キャンプレポート

Overview

4月21日(金)～23日(日)に東雁来公園サッカー場(札幌市)にて「2023年度北海道トレセンU-13・U-14キャンプ」を実施しました。U-13選手34名・U-14選手33名の計67名を招集して、3日間で3回のトレーニングと1回のゲームに取り組みました。

Member

技術委員会
ユース育成部会
[U-14部会]
白崎 健策(代表)
田中 拓也
(U-14チーフ)
保谷 達郎
(U-13チーフ)



1 U-13 Field Player

TR.Menu theme【守備】

W-up	パス&コントロール(対面パス)～1vs1～2vs2ライン突破
Tr.1	3vs3+サーバーラインゴール～4vs4+サーバーラインゴール
Tr.2	6vs6
Game	8vs8

1日目PMは「守備」をテーマにトレーニングを行なった。特にボール状況に応じた判断を伴いながら、積極的にボールを奪いに行くことを第一とし、1stDFが基準となって周りの選手がボールを奪うためにチャレンジ&カバーを連続して行うことを目指した。そのためにトレーニング全体を通して、様々な判断基準を示しながらコーチングを行うこと、全員が関わりながらコンパクトな守備を形成して意図的にボールを奪いに行くことを伝えた。

最終ゲームではコーチングにより、選手が主体性を持って厳しいプレスを行い、相手の自由を奪う1stDF、それに連動して2ndDFがボールを奪う準備をする選手が多く見られた。一方で、その他の選手達がボール状況に応じてボールを奪うために立ち位置を修正することができておらず、バランスの良い守備を形成できていない場面も見られた。今後は、1stDFのプレスの状況に合わせて、全員で意図的にボールを奪えるようなプレーができるようになってほしい。

2日目AMは「攻撃（崩し）」をテーマにトレーニングを行なった。U-13の春段階でキックの質に課題があることから、より中央突破に焦点をあててプランニングをした。ボールを保持する中で、常に優先順位を意識してボール保持者・受け手・3人目がタイミングを共有してDFラインを突破することを目指した。そのためにコーチングでは、前方への縦パスをきっかけとした、オフの動き、パス&コントロールの質へのこだわりを持った。

TR1、TR2では縦パスをきっかけに2列目のサポートが前向きで出てきたり、サポートのタイミングが合いワンタッチを活用しシュートシーンを作る場面が見られた。一方で、前方の選手同士がお互いを見てスペースを共有したり、シュートの質やリバウンドに至るまでのゴールへのこだわりが不足している場面も見られた。今後は、よりお互いを見て、モビリティを出してDFラインを突破し、フィニッシュの精度にこだわったプレーができるようになってほしい。

TR.Menu theme【攻撃（崩し）】

W-up	シュート(パス交換から前方でボールを受けて)
Tr.1	3vs2+2vs2+GK→5vs5+GK
Tr.2	6vs6
Game	8vs8

2日目PMは「攻撃（ビルドアップ）」をテーマにトレーニングを行なった。そのため、GAMEは11vs11を取り入れ、幅を上手く活用して安全に前進することを目指してプランニングを行った。ボール保持者と相手の状況を観察し、ボールを失わない中で攻撃の優先順位を意識してプレーすることを目指した。そのためにコーチングでは、オフの準備、パスのスピード・方向、状況に応じたタイミングの良いサポートの質を高めることを意識した。また、前線の積極的な守備をかいくぐるためのビルドアップを想定し、守備側にも積極的に働きかけた。

TR.Menu【攻撃（ビルドアップ）】

W-up	パス&コントロール（三角形）～2vs2+1F
Tr.1	4vs4+2サーバー（ターゲット）
Tr.2	6vs6+GK(ターゲット) 6ゴール
Game	11vs11

安全確実にラインを通過することを重視し、無理に突破しようとせず、ボールの保持を優先して選択をする選手が増えた。その中で前線の選手もボール保持者の状況に応じてお互いの位置を意識しながら適切な方向にサポートすることができた。一方で、厳しいプレッシャーが続いた時に、パスのスピードや方向、動きながらのコントロール、そのスピード感に応じたサポートスピードに課題が見られた。今後は、厳しいプレッシャーの中で正確にプレーするために、動きながらのテクニックの追求をしたい。

3日目AMIはこの2日間で習得したことに加えて、「自分の個性を発揮する」ことを意識してGAME11vs11のトレーニングゲームを行なった。積極的な守備と、攻撃時には常に関わり続ける距離・サポートを中心にコーチングを意識した。高い位置から積極的な守備をする姿、自陣でも最後まで相手のシュートコースに入り続けるなど、献身的な姿が多く見られた。攻撃としてはサイドのスペースを使いビルドアップを行うシーンが多く、前日のビルドアップが活かされる場面もあった。一方、前線でボールをテンポ良く動かしてタイミングを共有して相手DFラインを崩すシーンは少なく、DFを外した状態でペナルティエリア内でシュートを打つ場面は少なかった。アタッキングサードでのモビリティ、最終的に相手の背後でボールを受けてシュートをするをを目指すことにこだわりをもってほしい。今後選手達には、基本の質を高め、動きながらのテクニックの追求をすること、またもっとゴールやボール保持者、相手、味方、スペースなどの状況を観察し、的確な判断を持ってプレーできるようになってほしい。そして、より厳しいプレッシャーの中でも質の高いプレーができることを目指してほしい。

2 U-14 Field Player



TR①【守備】

守備のセッションでは、「意図的にボールを奪う」ことをテーマにトレーニングを行った。W-up「1対1」～アプローチの速さを求め、距離が適切になるようオーガナイズ。相手のコントロールに対して寄せる、止まる、反転するといった細かなステップワークや、当たるタイミング、体の使い方など個人でボールを奪うテクニックを確認。その後、「3vs3+サーバー」「6vs6」「9vs9」と徐々に人数を増やしていくことで、個人からグループでボールを奪うことのトレーニングに移行していった。

人数が増えることにより、観るものややるべきことが増え、頭と体をフル回転させながらインテンシティの高いトレーニングを行うことが出来た。

「意図的にボールを奪う」

高い位置から積極的に守備をすること。チャレンジ&カバーを行いながらチームで連動してボールを奪いにいくこと。また、ボール保持者の状況（プレッシャーの強度）により、予測してポジションを取り続けること。ボールを奪うまで2度追い、3度追い続けることを要求した。ポジションはとっているが1stDFのプレッシャーが緩く、ボールを奪えない場面があったが、あと一歩前へとコーチング。ファールを推奨するわけではないが、「世界」では相手の足を踏みつけるくらい激しく厳しく寄せボールを本気で奪いにいっていることを伝えながら鼓舞し続けた。そうすることで次第にボールを奪う機会も増えた。

ゲームでは適度なライン設定と仲間との距離をコンパクトにすることでボールを中心とした守備をすることを要求。個人もチームも強固な守備力と対応力を求めた。今回はボールを奪うということに絞ってトレーニングを行ったが、サッカーで一番大事なゴールを守ること（シュートストップ、シュートブロック、クロスに対応など）ゴール前での粘り強い守備も身につけてほしい。

TR②【崩し】

「ゴールを奪う」ことをテーマに行った。

TR1ではクロスのドリルを行い、ゴール前に入るタイミングやスピード、場所を確認。ニアが決めに行くことを優先させた中で、カットバックやクラブといった判断も促した。FW同士がコミュニケーションをとりタイミングを合わせる必要があるとあり、また、ボール状況に合わせて動き直してパスコースを作ることも要求した。

攻撃の優先順位は中央であり、FWを起点としてフィニッシュまでいくことが最短のルートである。中央に隙がなければサイドを突くといった多彩な攻撃ができるようオーガナイズしたトレーニングを続けた。ピッチの幅と深さを使い、良い形で崩す場面も多く見られた。

課題はフィニッシュの精度である。サッカーの最大の目的は「ゴールを奪う」こと。そのために必要なシュートテクニック（四隅を狙う、GKのタイミングを外す、GKをかわす）については引き続きトレーニングする必要がある。焦らず、力まず、確実に決めることができるよう、日常のトレーニングを充実させてほしい。

TR③【ビルドアップ】

「安全・確実なビルドアップ」をテーマに行った。

むやみに蹴らずGKからパスを繋ぎ攻撃する。そのためには味方プレイヤーとの距離を考え相手に捕まらないポジションにタイミングよく動くことが必要である。攻撃の優先順位を意識しながらプレーを選択することができるようトレーニングを組み立てた。動きながらのテクニックについては、妥協せず高い基準をもってコーチングし続けた。

トレーニングを続けることで突破のタイミングが共有され、厚みのある攻撃へと繋がっていった。スペースを作り、そこを使うといったアクションの連動が出始め、バイタルエリアまでボールを運ぶ回数も増えていった。

ボール・ゴール・仲間・相手・スペースを常に観ておくことで、どこで数的優位ができているのか、どこから攻めるべきかを判断することができる。状況に合わせて判断を変える柔軟性をもちトライし続けてほしい。

パスの質（パススピードやパスの精度）についてはこれくらいで良いだろうと満足せず、さらに高める必要がある。様々なキックの種類やどちらの足でも同じように蹴られるようにすることで、ボールを奪われないという絶対的な自信に繋がり、よりサッカーが楽しくなるだろう。

この年代で獲得すべき「テクニックと個人戦術の徹底」を図ることに妥協せず、情熱をもちトライし続けてほしい。

次に会う時にはさらに成長した姿が見られることを期待している。

3 U-13 GK

U-13世代へ移行し、ボールやピッチサイズなどの大きな変化があり、その変化に対応しきれていない部分が多くあった。特にオーバーハンドキャッチやローリングダウンでは、手の形、ボールを1回でつかむ（両手が同時にボールに触れる）、ボールをつかむ（手の使い方、手と地面の3点でキャッチ）など、5号球の大きさに合わせる事が上手くない様子があった。守備のテーマではDFとの連携、ボール状況に応じたポジショニングに課題が見られた。GKからリスクマネジメントを考えた指示を出すことやボール保持者の状況に応じて前後のポジションを修正することを意識させたい。

崩しのテーマでは、シュートストップの場面が多く、常にボールとゴールの中央を意識させたポジショニングを意識させ、厳しいコースのシュートに対して最後まで反応しようとする姿勢が光っていた。ビルドアップのテーマでは、FPのプレーに積極的にに関わり、ボランチの選手やサイドの選手にボールを配球するなどの効果的な関わりをすることができた選手もいたが、ボールを止める位置や体の向きに課題が見られた。ゲームでは、トレーニングで積み上げてきたシュートストップや1対1、ビルドアップで良いプレーも見られたが、フルピッチでのプレーに慣れていない部分もあり、ボール状況に応じて予測をして細かくポジションを修正し続けることやFPにコーチングし続けるところに課題を感じた。

ビルドアップのテーマでは、FPのプレーに積極的にに関わり、ボランチの選手やサイドの選手にボールを配球するなどの効果的な関わりをすることができた選手もいたが、ボールを止める位置や体の向きに課題が見られた。先に味方選手の位置や相手選手の動きを見ておき、ボールを止める位置を考慮することができるようになっていきたい。ゲームでは、トレーニングで積み上げてきたシュートストップや1対1、ビルドアップで良いプレーも見られたが、フルピッチでのプレーに慣れていない部分もあり、ボール状況に応じて予測をして細かくポジションを修正し続けることやFPにコーチングし続けるところに課題を感じた。選手は意欲的にトレーニングに取り組む姿が見られたので、これからはGKとしてリーダーシップを発揮して、積極的にプレーできるようになっていくことを期待したい。

4 U-14 GK

1日目のFPのTRテーマは守備だったのでGKはシュートストップをテーマにトレーニングした。正しいポジショニングになるよう意識させたが、構える位置やタイミングなどに課題が見られた。2日目の午前のFPのTRテーマは崩しだったのでGKはクロスをテーマにトレーニングした。風の影響もあって落下地点を把握することが難しかったせいか高い位置でボールをキャッチすることができなかった。ボールを蹴る位置や蹴る足（左右）によってポジションを変えられるように意識させたい。3日目のゲームでは、シュートストップや1対1、ビルドアップで良いプレーも見られたが、ボール状況に応じた的確なポジションをとることや予測して細かくポジションを修正し続けること、FPにコーチングし続けることに課題を感じた。選手は意識高くトレーニングに取り組むことができていたので、もっと自分のカラーを出して、GKとしてのリーダーシップを発揮できることを期待したい。

Conclusion 年度初めのお忙しい中、選手保護者様と所属チーム代表者様におかれましては、選手のキャンプ参加を許可して下さってありがとうございました。おかげ様で充実したキャンプを実施することができました。今後とも北海道内のトレセン活動へのご支援・ご協力をお願いいたします。