

まず、本事業の依頼に対し、多忙にもかかわらず遠く新潟の地から片道7時間の道のりを運転して来ていただき、丁寧に探みのある指導をしてくださったアルビレックス新潟レディース GM 奥山達之氏に感謝申し上げます。

今年度の指導者講習会は、一昨年度までの吉田光範氏による『観て判断する』、昨年度の菅原秀一氏による『観る』をテーマにした講習を引き継ぐかたちで行われました。天竜東U-12の選手を対象にしたセッションでは、『認知』-『分析』-『判断』-『実行』のうち、もう一度原点に立ち返り『実行』の部分にフォーカスした内容を指導していただき、育成と結果を両立させていく年代である2種の浜松工業高校の選手を対象にしたセッションでは、『グループ守備』について指導していただきました。

【天竜東U-12】

昨今の指導では、『認知』『判断』を伴わないメニューは、サッカーの練習ではないという指摘も目にします。サッカーのプレーが『認知』『判断』の連続であることを考えればその指摘ももっともなものと思われそうですが、ゴールを獲う技術がなければプレー中に顔を上げられないのも事実です。年代が上がった時にオンザボールのスキルが著しく劣ってしまえば、チーム戦術の中に組み込むことも困難になってしまい、逆に育成年代で身につけたスキルは常に選手を助けてくれます。大切なことは、私たち指導者が育成の全体像やその練習の目的を理解した上でトレーニングを行っているかだと感じました。

【浜松工業高校】

明確な『ゲームコンセプト』■それを実現するためにこういう『新しい方』をしたい■目指す新しい方をするために『必要な守備のスキルの習得』という流れが明確でした。当たり前かも知りませんが、そういう明確なものがあった上で、練習に落とし込んでいくのと、漫然とどこかで見たトレーニングを切り貼りしていくのでは、ゲームの際に大きな差となって表れるのではないのでしょうか。4種などの年代ではよりベーシックなものに重きを置くべきかもしれませんが、結果を求めていく年代では、ベーシックを身につけた上で、チームコンセプトを実現するための方法を学ばせる必要があると改めて感じました。


今回の講習会全体を通して特に感じたことは、私たち指導者が原理原則を押さえた上で、目指すサッカーや育てたい選手像から逆算して指導をすることが大切だということです。奥山さんのトレーニングは、すべてその逆算に基づいて組み立てられていました。(奥山さんのメソッドは、アカデミー用として300枚以上のPowerPointのスライドに整理しており、随時アップデートしているそうです)



サッカーの全体像を体系的に理解し、その上で自分のフィロソフィーを確立してチームや指導対象に落とし込む。そのために我々指導者は、確固たる信念を持ちつつも、常にアンテナを張りアップデートし続ける柔軟性も持ち続けなければならないと再確認する機会となりました。

最後に、4種天竜東地区をはじめとする運営に積極的にご協力いただいた指導者の皆様、浜松工業高校、天竜東U-12の選手たち、忙しい平日の夕方にご参加くださった情熱溢れる指導者の皆様のおかげで、無事に講習会を開催できたことに感謝申し上げます。ありがとうございました。

全ては西部地区の「子どもたちの未来のために！」今後もよろしくお願い致します。

実施日	2021年10月25日(月)18:30~21:00	会場	浜北甲ロケット場
テーマ	グループ学習	対象	浜松工業高校
W-up ボディコーディネーション 	オーガナイズ 1 だるまさんが転んだ ・ボールを投げの一前進 ・ボールをキャッチー止まる 2 ボールなし1対1 ・ライン突破, DFは両手タッチ 3 ボールあり1対1 ・ライン突破 用具 ・コーンマーカー	key factor ・いつ投げるか, いつキャッチするか予測する。 ・足を前後にする。 ・両手で触れるように開合いをつめながらタッチラインに通い込む。 ・常に相手を見ながらステップを踏む。 ・プレーを制限する方向付けのための体の向き。	
TR1-1 ゴール前の1対1 	オーガナイズ 1 攻撃側がボールを触ったらスタート ※キーパーなし 用具 ・コーンマーカー	key factor ・常にボールを触れに行ける開合いをとる。 ・DFは先に動かない ・足を前後にする ・右側に来たら右足, 左側に来たら左足で撃つ, お尻を向けない。	
TR1-2 ゴール前の1対1 	オーガナイズ 1 DFはコーチにパス 2 コーチにプレッシャーをかける 3 コーチから攻撃者にパスをして1対1スタート。 用具 ・コーンマーカー	key factor ・常にシュートブロックできる開合いをとる。 ・DFは先に動かない ・足を前後にする ・右側に来たら右足, 左側に来たら左足で撃つ, お尻を向けない。	
TR2 1対2, 2対3 (4分の1コート) 	オーガナイズ 1 攻撃側がボールに触れたらスタート 2 攻撃側が得点 守備側はボールを奪ったらコーチに当ててライン突破。 用具 ・ミニゴール3	key factor ・1stDFはどのゴールを守っているのか2ndDFに動きで伝えるようにプレッシャーをかける。 ・1stDFはゴールのコースを切りつつ, ボールホルダーとの開合いをつめる。 ・2ndDFは指差を出し続け, ボール状況に応じて立ち位置を修正。	
TR3 11対11 (3分の2コート)	オーガナイズ	key factor ・1stDF以外は全員2ndDF	
GAME 11対11 (フルコート)	オーガナイズ	key factor	

実施日	2021年10月26日(火)18:30～21:00	会場	小笠山総合運動公園人工芝グラウンド
テーマ	習入技術	対象	天竜東トレセンU-12
W up ボールタッチ 	オーガナイズ <ul style="list-style-type: none"> ・フリーでドリブル ・インサイドタッチー足の裏 ・インサイドタッチー引いてアウトサイド ・インサイドタッチー足の後ろを通す ・インサイドタッチーパス出す ・インサイドタッチー引く ・インサイドタッチー足の裏ーまたで ・インサイドタッチーかかとーインサイド ・インサイドタッチー足の裏で回転 用具 <ul style="list-style-type: none"> ・ボール(1人1球) 	key factor <ul style="list-style-type: none"> ・膝を伸ばしすぎない ・身体を倒しながらボールと一緒に移動 ・「Vの字」を意識して引く ・足の後ろを通したとき、胸の向きを変える ・ボールに抱れる足の位置を意識する ・動きは強く、ボールタッチは優しく 	
TR1-1 ドリブル、切り返し 	オーガナイズ <ul style="list-style-type: none"> ・インサイド2タッチずつ ・アウトサイド2タッチずつ ・インサイドーアウトサイド ・インサイドタッチでボールを選びながら左右の移動は足の裏 ・インフロントーインサイド ・インサイドーインサイドーまたで ・インサイドで切り返し(2タッチ) ・アウトサイドで切り返し(2タッチ) ・足の裏で切り返し(2タッチ) 用具 <ul style="list-style-type: none"> ・マーカー ・ボール 	key factor <ul style="list-style-type: none"> ・左右の行き来をスムーズにする ・アウトサイドでボールを押し出すとき、身体と一緒に押し出す ・足先をクロスさせ、ケンタンのリズムで ・アウトサイドで触るとき、かかとを地面に付け、つま先を上げる ・左右の行き来するとき、身体を沈めてボールを運ぶ ・「Vの字」を意識してボールを動かす ・切り返すときは、ボールの上から抱る ・足の距離を覚ったまま切り返す 	
TR1-2 ドリブル 	オーガナイズ <ul style="list-style-type: none"> ・インサイドで切り返してターンする ・アウトサイドで切り返してターンする ・足の裏で踏みかえてターンする ・後ろ向きにターンする 用具 <ul style="list-style-type: none"> ・フラットマーカー ・ボール 	key factor <ul style="list-style-type: none"> ・通ってきた道のりに切り返してから角度を変えてドリブルする ・ボールの高上から切り返す ・切り返したときにDFに触られないようにドリブルする ・小さい円をかくイメージでターンする 	
TR2-1 5vs1 	オーガナイズ <ul style="list-style-type: none"> ・1グリッド4人 ・攻撃は守備側のライン突破をすれば勝ち ・ボール保持者は各前のタイミングで交代する(実の人は緑の人と、赤の人は青の人と) 用具 <ul style="list-style-type: none"> ・フラットマーカー ・ボール 	key factor <ul style="list-style-type: none"> ・自分で前を向く ・積極的に仕掛ける ・守備は開合いを詰めて、攻撃に前を向かせないようにする 	

<p>TR2-2</p> <p>3vs1</p> <p>10m</p>  <p>5m</p>	<p>オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> 攻撃は必ず3タッチ以上してパスをする (途中から)1タッチを1人1人入れても良い、連続で1タッチはなし <p>用具</p> <ul style="list-style-type: none"> フラットマーカー ボール 	<p>key factor</p> <ul style="list-style-type: none"> 積極的に仕掛ける 後ろ向きになったら前を向く 良い状態で受けられるようにサポートの位置、パスをもらうタイミングを意識する ワンツーなど守備の背後をとる動きを入れる
<p>TR2-3</p> <p>2vs2</p> <p>10m</p>  <p>5m</p>	<p>オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> 黄、緑vs赤、青 ライン突破 守備は1つのボールに2人で守備にいかない <p>用具</p> <ul style="list-style-type: none"> フラットマーカー ボール 	<p>key factor</p> <ul style="list-style-type: none"> 突破を一番に考える 前を向く ワンツーなど守備の背後を狙う
<p>GAME</p> <p>5vs5+GR(4分51コート)</p>	<p>オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> ハーフラインの突破はドリブルのみ 	<p>key factor</p> <ul style="list-style-type: none"> 前を向く ボールを受ける位置を意識する

