

# 付録

## 西部支部指導者講習会（兼トレセンスタッフ研修会）

毎年秋に行われている西部指導者講習会を、今年度も2回に渡り実施しました。

講師にジェフユナイテッド市原・千葉においてイビチャ・オシム監督の通訳を務め、その後、愛媛 FC やブラウブリッツ秋田などで監督を歴任した間瀬秀一氏をお招きし、10月26日は天竜トレセンU-11を、11月2日は浜名高校サッカー部を対象に指導していただきました。

小学生年代(4種)から大学(1種)まで延べ121名の指導者が講習会に参加し、間瀬氏からサッカー観やトレーニング方法を学びました。

間瀬氏のトレーニングは、『観る』というアクションにフォーカスしたものでした。「認知」-「分析」-「判断」-「実行」のプレーサイクルをより効果的におこなうために欠かせない要素にフォーカスしたトレーニングは、我々指導者に多くの気づきを与えてくれ、選手も意欲的な取り組みを見せてくれました。

講師：間瀬秀一氏

経歴：ジェフユナイテッド市原・千葉通訳、コーチ

ブラウブリッツ秋田監督

愛媛 FC 監督 他

現ワイヴァン FC(愛知県)ポリバレンタコーチ



実施日	2020年10月26日(月)18:30～21:00	会場	電通スポーツ会館
テーマ	転る	対象	元帝京トレセンU-11
<b>Wrap</b> <b>ポディコーディネーション</b> 	<b>オーガナイズ</b> 1 横向きと縦上げ 横を向き、進行方向側の足を上げながら進む。 2 スタートポジショントレーニング <b>用具</b> ・コーン・マーカー	<b>key factor</b> ・進歩の最初には足の裏の前半分のみが地面に付くようにする ・両足を空中で入れ替える ・上半身を45度前傾させながら、頭から踵まで一直線になるような姿勢を作る ・前後後ろに大きく開くことで、前への推進力を生み出す	
<b>TR1</b> <b>パス交換 → 4vs1ポゼッション</b> <b>赤青黄白黒5色のピスを使用</b> 	<b>オーガナイズ</b> ・常に赤青黄白黒の順でパスをする ・色順のパスに慣れたら4vs1のポゼッションに移行 ・ポゼッション時も常に色順でパスをする(DFの色は除いてパスをする) ・DFの色は除いてパスをする ・必要に応じてタッチ制限を設けることで難易度を調整する <b>用具</b> ・赤青黄白黒5色ピス	<b>key factor</b> ・受ける前、ボールの移動中、取る前にパスを出す選手、DFを視ておく ・次にパスを受ける選手がタイミングよくフリーになる	
<b>TR2-1</b> <b>5vs2ポゼッション</b> <b>赤6色のピス×2人ずつを使用</b> 	<b>オーガナイズ</b> ・常に赤青黄白黒の順でパスをする ・必要に応じてタッチ制限を設けることで難易度を調整する <b>用具</b> ・赤青黄白黒6色ピス	<b>key factor</b> ・受ける前、ボールの移動中、取る前にパスを出す選手、DFを視ておく ・次にパスを受ける選手がタイミングよくフリーになる ・パスを出せる選手が2人いるためTR1より広い視野を確保する	
<b>TR2-2</b> <b>5vs2 4色ゴール</b> 	<b>オーガナイズ</b> ・常に赤青黄白黒の順でパスをする ・黒がGとなり、その他の色はパスを回しながら自分の色のゴールへシュートする ・ゴールを奪われたらピスを受換してDF(黒)となる ・必要に応じてタッチ制限を設けることで難易度を調整する <b>用具</b> ・赤青黄白黒6色ピス ・赤青黄白4色ゴール	<b>key factor</b> ・受ける前、ボールの移動中、取る前にパスを出す選手、ゴール、DFを視ておく ・次にパスを受ける選手がタイミングよくフリーになる	
<b>GAME</b> 5vs4 GRなし	<b>オーガナイズ</b> ・システムはチーム内で決める	<b>key factor</b>	

実施日	2020年11月2日(月)18:00~20:30	会場	津東大学高松キャンパス有玉グラウンド
テーマ	蹴る	対象	浜名高校サッカー部

<p>W-top パス交換 → 4vs1ポゼッション 赤青黄白黒5色のピスを使用</p> 	<p>オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>常に赤青黄白黒の順でパスをする</li> <li>色順のパスに慣れたら4vs1のポゼッションに移行</li> <li>ポゼッション時も常に色順でパスをする(DFの色は置いてパスをする)</li> <li>必要に応じてタッチ制限を設けることで難易度を調整する</li> </ul> <p>用具</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>5色ピス</li> </ul>	<p>key factor</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>受ける前、ボールの移動中、蹴る前にパスを出す選手、DFを載しておく</li> <li>次にパスを受ける選手がタイミングよくフリーになる</li> </ul>
<p>TR1 4vs1ポゼッション 4色ゴール 赤青黄白黒5色のピスを使用</p>  <p>コート</p>	<p>オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>常に赤青黄白黒の順でパスをする</li> <li>誰かがDFとなりボールを奪ったら空いているゴールへシュートする</li> <li>ゴールされた色はピスを交換してDF(黒)となる</li> <li>ボールがアウトしたらコーナからDFへ配球する</li> </ul> <p>用具</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>赤青黄白黒5色ピス</li> <li>赤青黄白4色ゴール</li> </ul>	<p>key factor</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>受ける前、ボールの移動中、蹴る前にパスを出す選手、DFを載しておく</li> <li>次にパスを受ける選手がタイミングよくフリーになる</li> <li>ボールを奪われたらボールを奪い返すにいくのか、自分のゴールを守るか果敢早く判断して実行する</li> </ul>
<p>TR2 4vs4+2F ポゼッション</p> 	<p>オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>コーンで区切られたエリアを超える場合、3つの方法でのみエリアを超えることができる</li> <li>① 手前のエリアから持ち出して越える</li> <li>② コーンのエリアにてターンしてパス、もしくは1タッチパスで越える</li> <li>③ 手前エリアから後エリアにパスを出し、1タッチの遅しと手前エリアの選手がエリアを移動して受ける</li> <li>ボールを奪われたら攻守が切り替わる</li> </ul> <p>用具</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>コーン</li> </ul>	<p>key factor</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>常にエリアを超えることを意識する</li> <li>ボールホルダーに対して常に右・左・中・奥にサポートを作る</li> <li>起点(ボールホルダーが攻撃方向を向いていて、どのような選択もできる選手)を作る</li> </ul>
<p>GAME   11vs11</p>	<p>オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>フルコートでのゲーム</li> <li>システムはチーム内で決める</li> </ul>	<p>key factor</p>



## 【Tr. 動画リンク集】

10月26日（月） 会場：竜洋スポーツ公園 対象：天竜東U-11

正しい姿勢&リフティング



走り方&スタートモーション



5色の色番パス



4色対1ポジション



8（4色×2）対2ポゼッシ



8（4色×2）対2 4色ゴ



8（4色×2）対2 4色ゴ



11月2日（月） 会場：常葉大学浜松キャンパス有玉G 対象：浜名高校

5色の色紙パス



4色対1ボセッション



4色対1ボセッション 4色



森田有一郎

4対4+2Fボセッション



11対11

