

活動報告

今、ニッポンにはこの夢の力が必要だ。



TOKYO 2020
CANDIDATE CITY



2020年オリンピック・パラリンピックを日本で!



(写) 鈴木幸一郎

2012 U-20 日本FID代表候補合宿

今、ニッポンには
この夢の力が必要だ。



MESSAGE

【報告者】柳澤 繁 (東京都FID選抜)

1 概要

今回で2回目となる若い年代のトレーニングキャンプは12月22日～26日に茨城県神栖市で開催した。初日は雨が降る中行われた。最終日までピッチ状況は良くなかったが、選手たちは積極的にトレーニングに臨んでいた。

指導スタッフ：柳澤 繁 1名

参加選手：3名

加藤 隆生 (秋田県)：南アフリカ、ドイツ招集

松本 裕一 (東京都)：ドイツ、日本招集

山本 正勝 (三重県)：オランダ遠征参加



2 合宿のコンセプト

将来の日本代表を目指して、日本FID代表のスタンダードを知り、やるべきことを理解し、実践する。そこで同年代の選手たちとの競争の中でより高いレベルのプレーにトライし、サッカーに関する知識と経験を吸収しながら仲間を増やしていく。

3 スケジュール

	12月22日 (土)	12月23日 (日)	12月24日 (月)	12月25日 (火)	12月26日 (水)
AM 9:00~11:30	・コーディネーション ・パス&コントロール ・GK・TR「プレイ クアウェイ①」	・コーディネーション ・パス&コントロール ・GK・TR「プレイ クアウェイ (基本)」	・コーディネーション ・パス&コントロール ・GK・TR「ローリ ングダウン」、「コーチ ング」	・コーディネーション ・パス&コントロール ・GK・TR「ローリ ングダウン」、「コーチ ング」	・コーディネーション ・パス&コントロール ・ゲーム 30×3 紅白戦
	集合				

4 トレーニング

トレーニングの流れは良いGKは、GKの前に、グッドフットボーラーであることを意識づけるためにも最初のパス&コントロールから参加しサッカー選手としてのテクニックの向上を図った。

「構え・キャッチング」のテーマからスタートし、常に良い準備をし続けることを再確認させた。そして2日目から3日目の午後まで「ブレイクアウェイ」をテーマに基本的な部分を徹底して行い、良い準備、ポジショニングと構え、そしてテクニックの発揮にトライした。そこから徐々に味方との関わりをもってゴールを守れるようにするために1対1+GK、2対1+GKのゲームに近い場面を設定し、より「仲間と守る」意識付けを行った。最後にゲーム形式の中でトレーニングしたテクニックの発揮をすることにトライし、また仲間に関わり続けるなかで、「誰が」「何を」などのコーチングについても働きかけた。4日目午前ではシュートストップの技術「ローリングダウン」を行い、そこでも味方への働きかけを意識し続けるために「コーチング」のトレーニングにもトライした。午後は「パス&サポート」を行い常に関わり続けること最後まで徹底した。



(写)鈴木幸一郎

5 成果と課題

サッカーのゲームの進化に応じて、GKに求められる役割は攻守にわたってますます重要になり、増えていく傾向にある。GKとして効果的に役割を果たすためには、攻撃や守備の原理や原則、どうすればゴールを守り、相手のボールを奪うことができるのかをまずは理解し、それをピッチのうえで表現できるようにならない。その上で、GKだけでなく仲間と協力して効果的にプレーするために、味方とのコミュニケーション、的確なコーチングが必要になる。コーチングについてはまだまだ高めなければならない課題である。

さらに個々の課題として、基本技術の徹底、コントロールの質やキックの精度はまだまだ向上させなければならない。それに加えて堅実な守備、ゴールを守る、ゴールを許さないという部分はそれぞれがさらに強くもち続けてもらいたい。

GKはゲームの中で常に安全確実なテクニックの発揮が求められる。そのためには常に良い準備が必要である。トレーニングの中では状況が限定されているので、構えやポジショニングはある程度はとれるようになってきた。しかし、ボールが動いたり、人が増えると準備が遅れたり適切なポジショニングがとれなくなったりしてしまうのが現状である。これはやはりサッカーへの理解が少ないためプレーの予測ができずに自分の準備が遅れることがひとつ大きな原因と考えられる。

これからはサッカー選手として必要な基本技術の徹底をすることはもちろんのこと、各チームに戻り今回の合宿で吸収した知識と経験を生かしてトレーニングに励んでもらいたい。トレーニングではサッカーのゲームにおける準備、判断、プレー、優先順位を常に意識しながらトレーニングに臨んでほしい。その上で必要となるキック、スローイング、キャッチング、ローリングダウン、フロントダイブ、ジャンプキャッチ、パンチング等のテクニックの質を高めることにトライし続けなければならないと感じている。