

知的障がい者フットサル日本代表候補合宿 トレーナー報告

2024.1.6 ~1.8.

作成者：島田 靖丈 （トレーナー）

※今回の合宿での外傷・障害は別紙参照

・今回の合宿では病院受診をするような外傷は起きなかった。

・今合宿は年の初めで難しい時期の開催であるが、直前の体調不良で2名、怪我で1名の辞退や、参加しても集合の時点で体調悪く帰宅した1名、全日程の半分以上の別メニュー1名と体調を崩す選手が多く出てしまったのは非常に残念である。合宿中に増える事は無かったのは良かったが、合宿で体調を崩すのが珍しい選手はしょうがないで済ます事が今回に限ってはできるかもしれないが、合宿で続けて体調を崩す選手は正直、世界大会では人数的な事や様々な日程や環境で厳しい事を考えると招集自体が厳しくなるのではないかと思われるので、そういうコンディションの部分で強くなってほしいと思う。

外傷に関しても、強度が上がった事で起こるものが殆どだった為、普段からのトレーニングの強度や質を高めていってほしい。また食事に関して量や質がまだまだ足りない選手も多いと感じたので、今後、栄養やコンディションに関しての指導も必要だと感じたと共に、今合宿はビタミン系の食材が少なかったのも、そういう時は補食等の準備も必要であったと感じた。またこの時期は夏よりも水分摂取の意識が希薄な選手も多く見受けられて、もう少し、こちら側から水分摂取を促す必要があったと感じた。

ストレッチ等のケアについて短くではあるが、ミーティングで伝えたので、継続してくれる選手が増える事と、柔軟性をUPしてくれる事を期待したい。

ただ、昨年よりも多くの選手がYO-YOテストで向上が見られた。しかしながら、サッカーの平均以上の成績を残す選手が、半数に満たない結果となり、まだまだ改善が必要である。

初招集の選手など、オフザピッチでも率先して荷物を運んだり、ミーティングで発言したりとチャレンジしてる姿勢がとても好感を持てた選手も多数いたのも、多くの選手が今回の合宿で経験した事や学んだ事を各地域に帰っても、モチベーションを高く保ち、少しでも多くの時間をフットサルに割いてくれると、今回の合宿が意味のあるものになり、チームの積み上げに繋がると思うので、今後に活かして欲しい。

以上、合宿での報告とする。