

# サッカー指導者講習会 Coaches clinic KFA

～ JFAインストラクター 山崎茂雄 氏による指導 ～

育成年代では、まず何よりもサッカーの技術を習得する必要があります。今回はU-14NTCのメニューから「サッカーの基本」について実技を中心に行います。

どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。

日時: **2012年4月14日(土)** 14:00～ 講義

15:00～ 実技

場所: 釧路市立春採中学校 体育館

→使用可能であればグラウンドで実施します。

内容: レクチャー・指導実技・ディスカッション

講師: JFAインストラクター 山崎 茂雄 氏

申し込み・問い合わせ

→ 技術委員会 所 (携帯: 090-2073-9557)まで

(Mail: [kei-1056-taro@wave.plala.or.jp](mailto:kei-1056-taro@wave.plala.or.jp))

\* 当日参加・見学も可能です。

## < 今回のトレーニングメニューについて >

クロード・デュソー氏 (JFAテクニカルディレクター) が、日本のグラウンドで行われているトレーニングを見て課題としてあげていることに対する答えが今回のトレーニングには盛り込まれています。

### もはや見られるべきではない

#### 1. 長い時間、正確な目的もなく走ること

もしたくさん走らねばならないのなら、それはボールとともに、もしくはボールを得るために行われるべき。

#### 2. 正確なオーガナイズもなくグラウンドの上に多く人間がいること

#### 3. フレーを行うのに長い列をつくり待つこと

#### 4. 義務や無駄な道具でゲームを難しくしない

「フットボール」のルールが存在し、それで十分である。

～ クロード・デュソー

もう見られない光景だとは思いますが、シュート練習に長蛇の列をつくって、列の後ろでは飽きた子どもが土いじり…、それは練習ではありません。アカデミー福島でデュソー氏のドリル・トレーニングを時計で計ったところ、一人の選手がボールタッチをするのは7～8秒間に1回で、そのトレーニングが20～30分続きます。その中でコーチがどの選手も集中するように声をかけ、選手たちも必死に練習しています。(目安の心拍数の平均は160拍/分)

正確なオーガナイズもなく、ただだらとボールを蹴っている選手、列の後ろで待ちくたびれている選手、そんな練習で子どもたちの大切な未来を失わないように…、とデュソー氏は日本のすべての指導者に熱く語りかけています。

U-14年代までに必要なテクニック・判断力・持久力は、基本の徹底、反復でしか身につきません。どんなチームもドリル練習はしていると思いますが、見せかけの反復ではなく、『本当の反復』を今回のトレーニングで紹介したいと思っています。そういう意味でトレーニングのオーガナイズではなく、フィロソフィーをチームに持ち帰って欲しいと思います。