

2011 道東トレセンU-14リーグ 第1節

1. 期間・場所

2011年5月3日 / 北見モイワスポーツワールド

2. 参加選手

選手氏名	所属チーム	選手氏名	所属チーム	選手氏名	所属チーム
伊藤 圭汰	R. シュペルブ	沼澤翔真*1	SC釧路	佐藤 雄也	R. シュペルブ
大西 一生	R. シュペルブ	浅井雅也*1	SC釧路	成田 涼弥	景雲
工藤 龍也	R. シュペルブ	清水 佑人	R. シュペルブ	佐々木史人	景雲
竹川薫紋*2	R. シュペルブ	森山 泰地	R. シュペルブ	東 虎次郎	庶路
楠 大我	R. シュペルブ	中尾 謙太	R. シュペルブ	荒川勇氣*3	富原
野瀬 誉斗	R. シュペルブ	松野 史靖	R. シュペルブ	関向崇裕*3	富原

*1: チーム事情のため辞退 *2: 体調不良のため欠席 *3: 追加召集

3. ゲームコンセプト

今回は、『守備』に重点を置いてゲームに臨んだ。

「個」としては、

- ①マークの三原則を意識して、自分とマークする相手選手との距離を考えて、最終的にはインターセプトを積極的に狙ってボールを奪うこと (OFFの局面)
- ②インターセプトができなくても簡単に1対1で抜かれないこと (ONの局面)

「組織」としては、

- ①FWはギャップを閉めて、相手DFからボランチにボールを入れさせない
- ②ボランチもギャップを閉めて、相手FWにボールを入れさせない
- ③サイドMF & DFで、相手の中盤エリアでボールを奪う

4. 結果報告

<vs網走TC>

	伊藤	森山	
野瀬	工藤	大西	清水
			(関向)
佐藤	成田	荒川	楠
	(中尾)		(松野)
	東		
	(佐々木)		

<vs網走TC 後半>

	荒川	清水	
佐藤	大西	関向	楠
	(伊藤)		
松野	野瀬	成田	中尾
	(森山)		
	佐々木		
	(東)		

※工藤は根室TCで出場

5. 成果と課題

<成果>

- ・ 今回は、前述のように『守備』に重点を置いてゲームに臨んだ。ウォーミングアップでもそれを意識させるトレーニングをしたが、なかなか1試合目の前半でそれを発揮するには至らなかった。しかし、ハーフタイムでの指示により、具体的にゲームの中での状況を確認してから後半に臨むと、前半とは全く違って意図したプレー（インターセプト、スライド、サンド）が多く見られるようになった。これは、選手の順応性が高いことを示しており、指導者（チーム・トレセンスタッフ）がゲームまでにトレーニング、並びにゲームまでの入り方でどのように選手の中に積み上げていくかで大きく変わる要素であった。

<課題>

- ・ 年度始でグラウンドでのトレーニングが各チームできていないことや、多少時間は空けたが2試合連続で行なった事を差し引いても、2試合目開始時から運動量がほとんどなくなってしまったことは、今度非常に気にかかる。レベルの高い試合になればなるほど、プレッシャーが激しくて、常に良いポジショニングをとるためにローパワーでも動き続けなければならないし、相手の組織を崩すためにサイドを駆け上がったリ、相手の変化に合わせてポジショニングをとってアプローチに行き続けたりなど、ミドルパワーでも動き続けることもある。70分、カブスリーグであれば80分運動量が落ちないでプレーできることが大切である。**（持久力の向上）**
- ・ マークの三原則が全く理解しておらず、相手をほとんどつかまえきれていなかった。ボールを失ったときの切り替えが遅く、1stDFの決定と同時に自分のマークを把握できていなかった。**（攻守の切り替え）**
- ・ 自分のマークにボールが出されて、はじめて自分のマークだと気づくことが多く、そのため、マークの三原則に基づいたポジショニングが全く取れていない。そして、アプローチが遅れる、という悪循環に陥ってしまっていた。**（オフ・ザ・ボールの守備）**
- ・ 相手FWやサイドの選手が完全に前を向いてしまっている状況になることが多く、それに対しても粘り強さがなく、簡単に足を出して抜かれてしまっていたために、抜かれては後ろの選手が出て、フリーな選手ができてパスを出されるという事態になってしまった。**（オン・ザ・ボールの守備）**
- ・ 失点の場面は、相手陣内からディフェンスラインの背後にロングボールを出されて、GKと1対1の状況を作られたものであった。これは、相手のボール保持者にプレッシャーが全くないにもかかわらず、最終ラインがインターセプトを意識しすぎて、同じ位置に立って背後を大きく空けてしまったこと結果によるものである。ポジショニングがボール保持者へのプレッシャーの状況によって正しく判断されていないことが原因であった。**（チャレンジ&カバー）**

6. まとめ

今回のトレセンマッチで、守備の個人戦術（ON/OFF両面）の段階で課題が残っていることが明確になった。昨冬のトレセンでも、1対1のON/OFFの守備や、2対2または3対3などのチャレンジ&カバーから、5対5または6対6などの組織的な守備をテーマにトレーニングしてきたが、それがなかなか身につけていないことを実感した。

釧路からよい選手が育ち、1人でも多く北海道トレセンに選出されることを目標として取り組んでいるこのトレセン活動を、いかにして充実させていくか……。

選手の強化のためには、トレセンスタッフが指導者講習会への参加やライセンスの取得など、常日頃から努力することはもちろんであるが、各チーム指導者の皆様の協力が絶対的に必要だと感じる。また、保護者の皆様のご理解とご協力は、よい選手を支える基盤に他ならない。「トレセン」・「チーム」・「保護者」が三位一体となつての選手強化を推進していくことが大切だと考える。

各チーム指導者の皆様、ならびに保護者の皆様、今シーズンもトレセン活動に対するご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

《最後に…各チーム指導者の皆様へ》

**トレセンデー(水曜日)には、ぜひトレセン会場へ
トレーニング見学にいらしてください!**

- ・CENTRAL: 河畔A(文苑側)
- ・U14 : 春採中
- ・U13 : 鳥取中

**30分だけでも1時間
でもOKです!**

**※トレーニングを見学していただき、1つでも2つでもメニューを
持ち帰っていただくだけでもOKです。そのメニューをそのまま
チームで使ってもらえることがスタッフの願いでもあります。
3会場、どこでも構いません。近所の会場、チームの選手が参加
している会場 etc…**

釧路に住んでいても、夢を持ってサッカーに取り組んでいる、すべての選手たちのために、何とかよりよいトレーニング環境を与えてあげたい、そして釧路サッカーに関わる全ての人たちで、日本サッカーの目指している方向性を共有して進んでいきたいと願っております。