

平成28年度北海道トレセンU-11冬季交流大会（8人制）レポート

文責：木村

遠征日程：平成29年2月3日（金）～6日（月）
大会日程：平成29年2月4日（土）～5日（日）
開催場所：三笠ドーム・北村土里夢
宿泊先：北村パル
参加選手：根室地区トレセンU-11 17名
指導者：監督 菅原 則幸・
コーチ 蔦川 明秀（成央FC）・木村 太一（別海サッカー少年団）

はじめに

この遠征は大会日程のほか、遠距離移動における選手の負担と、地元に着いた後、自家用車で自宅まで遠距離移動が必要な選手・保護者の負担を軽減するために大会日程とは別に前後泊する比較的長期の遠征です。

さらにこの大会は、U-12のトレセンで活動するうえで、北海道トレセン、北海道選抜、道東ブロックと選考の足がかりとなる大切な大会でもありました。

前日トレーニング

前泊する我がチームは宿舎に予定より早めに到着し、大会の準備と宿泊の準備を素早く済ませ、早めの夕食を摂った後、トレーニング会場、そして、大会会場でもある三笠ドームに出発。

前日トレーニングが行えるのは空知地区トレセンスタッフと空知地区トレセン選手の準備により、毎年、ピッチの感覚を確かめることができ、また、他チームとの練習試合も行えるととても貴重な時間となります。空知地区の皆さんありがとうございます。

練習試合は、空知地区と釧路地区との2試合行い共に良い試合内容でトレーニングが終了できたこともあり、緊張していた根室地区の選手には大変収穫の多いトレーニングになったと思いました。

試合に向けての個とチームの課題

根室地区トレセンのチーム課題として、「ボールを奪う！・ボールを失わない！・ゴールを奪う！」を掲げ、トレーニングや試合に取り組み選手の個の成長とチームとしての成長を促しました。

特にこの課題は、繰り返し、繰り返し選手と指導者で交わされた言葉でした。

そして、課題のなかでも、課題ごとにポイントを絞り込み選手と共有することで課題への取り組みに拍車をかけ常にチャレンジ精神を失わず、選手全員が真剣に果敢に取り組むことができたとき、素晴らしい試合内容となりました。

ポイントは次のとおりとしました。

- ・ボールを奪う → 守備の優先順位を判断したなかで、適正なポジションからのインターセプト、インターセプトが無理と判断したときの相手へのプレッシャーの強度と制限の方向性を強く意識させ、相手の自由を奪うこと。（ファーストDFの徹底）
次に、ファーストDFの状況によったセカンドDF、サードDFのポジションとバランス。
そして、ボールを奪った後、ボールを奪いきり攻撃へのつなぎを意識すること。
- ・ボールを失わない → 特に着目したのが、スローインから味方同士のパスが連続して続かず、相手のボールとなることが多く見受けられ、スロワーと味方選手の関わりとスペースの共有、オフザボールの選手の関わりを常に意識させた中で、ボールを失わずゴールを奪うことを意識すること。
- ・ゴールを奪う → トップの選手をターゲットとし、相手DFとGKのスペースを優先して縦への攻撃をシンプルに意識させ、次に両サイドバックの裏のスペース、相手MFの裏のスペースと攻撃の優先順位を下げて行くことで状況に応じた選択肢を選手全員が共有できる意識を持つこと。
しかし、第1選択はシュート！であること。

試合結果

予選リーグ（3位リーグ進出）

Cブロック	札幌A	北海道女子U12	旭川	根室	千歳	勝点	得点	失点	得失差	順位
札幌A		● 1 - 3	○ 2 - 0	○ 5 - 1	○ 3 - 0	9	11	4	7	1
北海道女子U12	○ 3 - 1		○ 2 - 1	○ 3 - 1	● 0 - 1	9	8	4	4	2
旭川	● 0 - 2	● 1 - 2		○ 2 - 1	○ 4 - 2	6	7	7	0	3
根室	● 1 - 5	● 1 - 3	● 1 - 2		○ 2 - 0	3	5	10	-5	4
千歳	● 0 - 3	○ 1 - 0	● 2 - 4	● 0 - 2		3	3	9	-6	5

決勝リーグ（3位リーグ5位）

3位リーグ	旭川	とかち	釧路	北空知	根室	勝点	得点	失点	得失差	順位
旭川		○ 2 - 1	○ 1 - 0	○ 3 - 0	○ 5 - 1	12	11	2	9	1
とかち	● 1 - 2		○ 1 - 0	△ 0 - 0	○ 3 - 1	7	5	3	2	2
釧路	● 0 - 1	● 0 - 1		○ 3 - 1	○ 1 - 0	6	4	3	1	3
北空知	● 0 - 3	△ 0 - 0	● 1 - 3		○ 2 - 1	4	3	7	-4	4
根室	● 1 - 5	● 1 - 3	● 0 - 1	● 1 - 2		0	3	11	-8	5

試合結果は、予選、決勝合わせ上記表のとおりとなりました。

確かに勝敗は、トレーニングをしてきた結果として大きく反映されるものと理解していますが、「大会期間中でも成長し続けている選手」、「試合をする度に理解し、成功したときの嬉しさを噛み締める選手」、「成功し続けてきたもののほかに更に高い質を要求され、発奮する選手と自信なさそうな表情をする選手」など求めるものが増えるほど、「選手自身がプレーの質を上げようとする事で思いどおりのプレーが少なく感じている選手」、「チャレンジするべきプレーの量や理解度の差」など、成功の反面、課題は盛りだくさんではありますが、今後、益々期待ができ、そして、トレーニングの質により確実に成長する選手たちだと改めて感じた試合内容でありました。

そのことを印象付ける出来事として、選手たち全員に「印象に残った試合は？」と質問すると、ほぼ全員の選手が「初日予選リーグの旭川戦！」という返答がありました。試合は、負けはしたものの全員が同じ課題に全力に取り組みその結果、負けはしたもののとても印象に残る試合であったのではないかと考えられました。

試合の課題は、選手・指導者全員で共有した中で、今後のトレーニングで補っていかうと思います。

ミーティング

試合前後のミーティングと宿舎に戻ってからのミーティングを行った。

ミーティング内容は、根室地区トレセンの幹となる3つの課題にフォーカスして行いました。

大会初日のミーティングや、試合前後のミーティングでは、選手たちに質問してもなかなか返答がなく



フリーズを起こす選手たちがほとんどであり、自分たちの思っている考えをなかなか伝えられない状況がみられましたが、大会日程を消化するにつれ、また、ミーティングを重ねることによって、選手たちで考え、自分の考えていることを選手同士で話し合い、疑問に思ったところは積極的に指導者に質問し、最終日には積極的に質問し、発言する選手が増えてきた印象が持たれました。



ミーティングの内容を試合でチャレンジし、その結果を反省し良い点の評価や改善点を選手同士で話し合い、また試合でチャレンジするという中で、積極的な発言は大いに試合に活かされていたと思います。

宿舎とバス（オフザピッチ）

根室地区トレセンとして初めての遠征の選手がほとんどで、緊張していたこともあり、とても物静かで本当に小学生かといった印象を正直もった。

本当に誰も話さない、話しても小さい声でぼそぼそと話す程度あり、緊張しているのか？コミュニケーションが取れていない！試合は大丈夫か？と心配！

しかし、そこはやはり小学生、だんだんと笑顔がこぼれ、会話も弾み、昼食時にはこやかな雰囲気であった。

帰りのバスは、試合結果よりも課題に全力で取り組めた気持ちと、自チームに戻っても継続的に課題に取り組もうとする意思が伺え、自信を持った顔つきになったと感じた反面、やはり小学生であり、だんだん会話も弾み、声も大きくなり、しまいには指導者に注意される選手も・・・（笑）終始楽しい雰囲気であった。

宿舎での生活についても、宿舎の決まりを守り、楽しい宿舎生活を過ごせたのではないかと印象を持っています。

やはり、生活していくうえでは絶対欠かせないものそれは食事であります。

食事については、毎年、指導者としても注視しているところであり、今年の遠征においても、箸の持ち方、配膳された分の食事の完食、決められた時間内での食事を楽しく、美味しく食べているかが心配になりましたが、ほとんどの選手が気持ちよく完食していたのではないのでしょうか。

生きていくうえでは欠かせない食事、特に運動量の多いサッカー選手の食事はとても配慮しなければならないものであり、量と質とバランスが大事だと思います。



もっと、もっと美味しい食事をたくさん食べて、フィジカル的にもおおいしく成長して欲しく感じました。

(3日目の夜にグループに別れ歌、ダンス、劇などの発表会が行なわれました。)
(選手たちが自主的にグループ分けをし、発表内容を打ち合わせしたようで、突然の催し物にびっくり！歓声・拍手・爆笑で大盛り上がりでした。)

まとめ

日頃から選手に全身全霊をもって支えてくださる保護者の皆様、各チームの指導者や選手の皆様、快く送り出してくれた学校の先生や仲間たち、安心安全に多々配慮くださった中で、大会期間中の送り迎えをしてくださったバスの運転手さん、会場設営をしてくださった全ての皆様に感謝の意をこめて、今後、益々、根室地区トレセンが成長し続けるよう邁進したく、選手・指導者が一丸となって努力していきますので今後とも応援、ご指導のほどよろしく申し上げます。

「サッカーができる喜びに感謝して！」