

指導理論 第3章 発育発達と一貫指導

1. 長期的視野に立ったサッカー選手の育成

子どもは小さな大人ではありません。人間が成長する過程は、単に小さいものが大きくなっていくといった単純なものではありません。さらに、人間の器官・機能の発達速度は一様ではありません。したがって、それぞれの発達段階の様態に応じた経験や刺激が必要であり、それが適切であれば成長を阻害することはありません。また、ある課題に対して吸収しやすい時期としにくい時期があります。最も吸収しやすい時期にその課題を与えていくことが大切なのです。

子どものサッカーの指導の目的は「個の選手」の育成です。サッカー選手として自立する年代に至るまでにいかに大きく育てることができるかが育成年代の指導者の課題です。目前の勝利に目を奪われて、将来の大きな成長を阻害してはいけません。

選手は目の前の相手に対して全力で戦い、そして勝つことを目指さなければなりません。もちろん、指導者もチームが勝つために最大限の努力をしなければなりません。しかし、指導者は選手を「育てる」ということを決して忘れてはいけません。「勝つ」経験は、子どもの成長において重要な意味を持ちます。同時に「負ける」ことからも、多くのことを学ぶことができます。

育成年代での競技大会は、選手を育てるための手段です。競技大会に参加する指導者は自分のチームの勝利だけを目指すのではなく、その大会に参加する全ての選手を育てるという気持ちを持つことも必要です。子どもが大きく成長する芽を摘み取ることなく、大きく開花させる指導が求められています。

図3-1

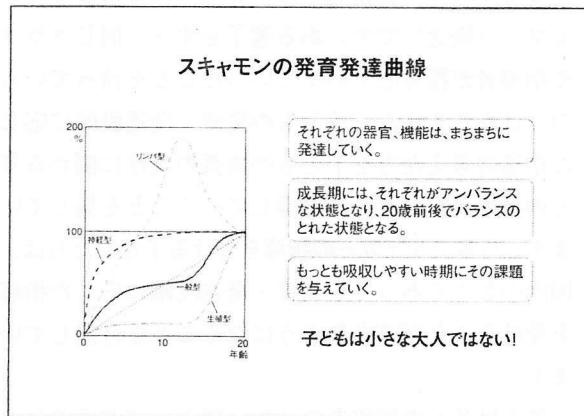
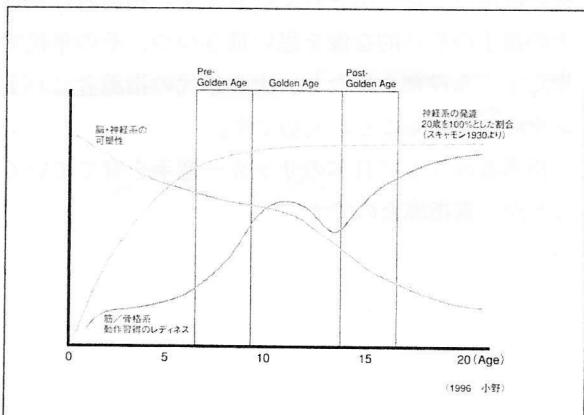


図3-2



© AGC / Shuichiro Hara

2. 一貫指導

ここで言う一貫指導とは、システムではなくコンセプト（概念）です。ある選手をずっと同じクラブや指導者が指導していくといったことを言っているではありません。子どもの発育・発達段階に応じた指導の考えた方を子どもの成長の過程に関わる多くの指導者が共有し、指導していくことを指しています。日本でサッカーの指導を受ける子どもたちは、国内のどこであっても発育・発達段階に応じた指導を受けることができるようになることを目指しています。

選手は多くの指導者のリレーによって育成され、次の段階へと送り出されていきます。指導者は常にその選手の最終的な像を思い描きつつ、その年代で果たすべき役割を果たし、次の年代の指導者にバトンを渡していくことが大切です。

指導者みんなで日本のサッカー選手を育てていくことが一貫指導なのです。

図3-3

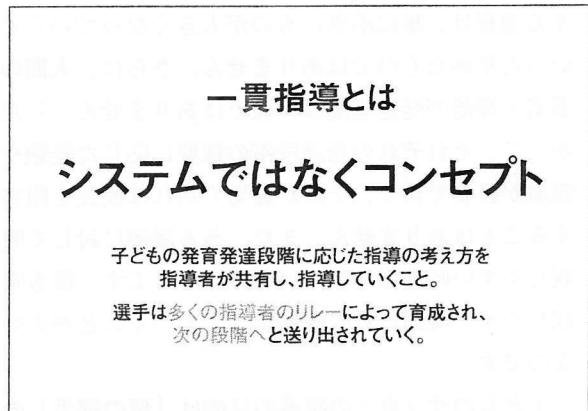
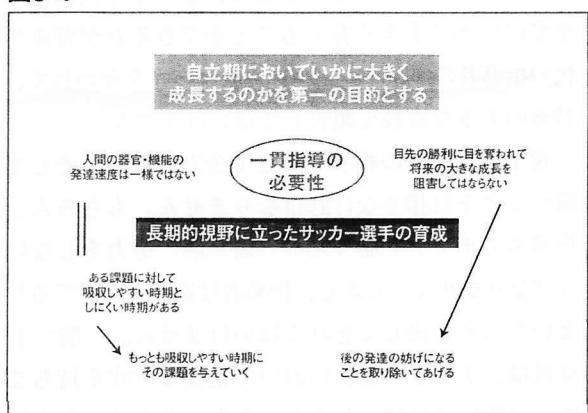


図3-4



© AGO / Shuichiro Hara

指導理論 第4章 コーチング法①

1. コーチングの目的

指導者の一番重要な役割は、"サッカーの楽しさ"を伝えることです。

"サッカーの楽しさ"

状況を把握、自分が判断して、
プレー(行動)を決定し、イメージ通りに
プレーできることにある。

ボールを自由に扱えるようになれば、ボールから目を離すことが可能になります。たとえ、2,3人の相手に囲まれても周りを観て状況を把握し、質の高い技術でその難しい局面をも打開し、クリエイティブなプレーでゴールへの決定的なシーンを創り出すことができます。

指導者のコーチングの目的は、子どものサッカーの楽しさがより増えるように導くことです。

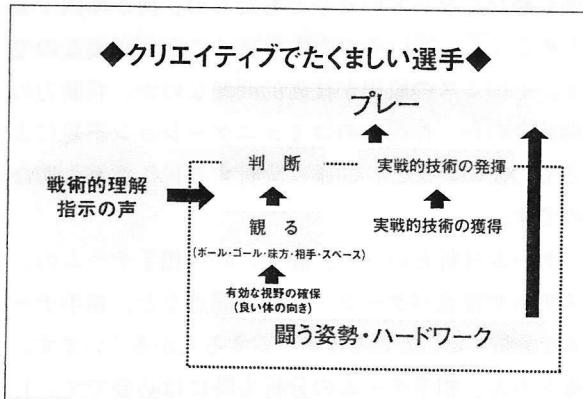
そのためには、クリエイティブでたくましいプレーを支えている要素である、①実践のするための要素=技術、②判断のための要素、③闘う姿勢 / ハードワーク。すなわち、サッカーの基本を徹底的に身に付けさせる必要があります。

クリエイティブな選手を育成するためには、コーチ自身がクリエイティブでなければなりません。コーチが自分で問題を発見し、解決する力を持つことが重要です。選手の現状を見抜き、追求すべきテーマを導き出し、自チームやその選手に適合したかたちでそれを追求することができるコーチにならなければなりません。

クリエイティブなコーチに求められる力は以下のものです。



図4-1



2. クリエイティブなコーチになるために

(1) ゲーム(プレー)を分析する力

子どもたちがどのようなレベルにいるのか?
子どもたちのレベルに応じて何が楽しいのか?
子どもたちのレベルに応じて何を獲得させるのか?

サッカーの指導者でなくとも、卓越したドリブルのすばらしさや、パスミスやシュートミスなど起こった現象は分かります。指導者はその現象にとどまるだけでなく、プレーの本質であるミスの原因、す

図4-2

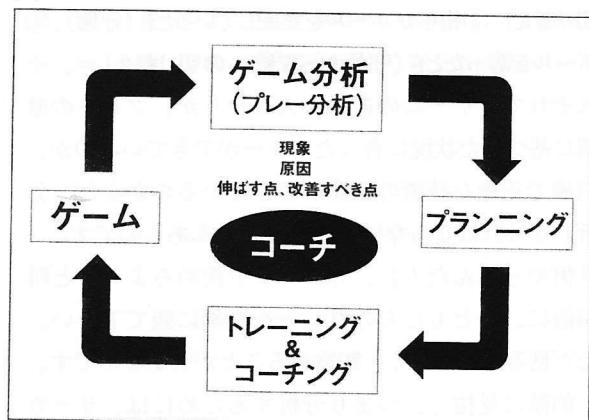
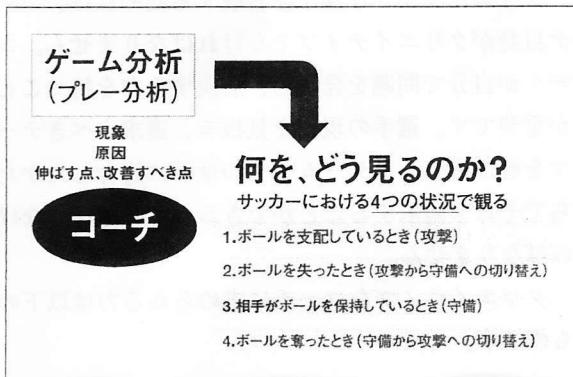


図4-3



ばらしいプレーに内在する成功の要因を見抜けなければなりません。指導者は、ミスが多くてゲームが楽しめなくなっている子どもたちの、何が原因で楽しめなくなっているのかを見抜くことが必要なのです。そのミスの原因が技術的問題なのか、判断力の問題なのか、仲間とのコミュニケーション不足によるものなのかなど、的確に分析する目こそが大切なのです。

ゲーム分析というと、勝つために相手チームのシステムや得点パターン・守備の弱点など、相手チームを分析することだとイメージする人が多くいます。もちろん、相手チームの分析も時には必要です。しかし、この年代は「個を伸ばすこと」が最大の目標です。個を伸ばすためには、自チームの選手一人ひとりの分析を最も大切にすべきなのです。

サッカーにおける4つの局面=①ボールを支配しているとき(攻撃)、②ボールを失ったとき(攻撃から守備への切り替え)、③相手がボールを支配しているとき(守備)、④ボールを奪ったとき(守備から攻撃への切り替え)=、それぞれで自チームの選手一人ひとりが、プレーの原則に基づいた状況に合ったプレーができているのか、的確で正確な技術の発揮ができているのかなど、分析しなければならないことはたくさんあるのです。

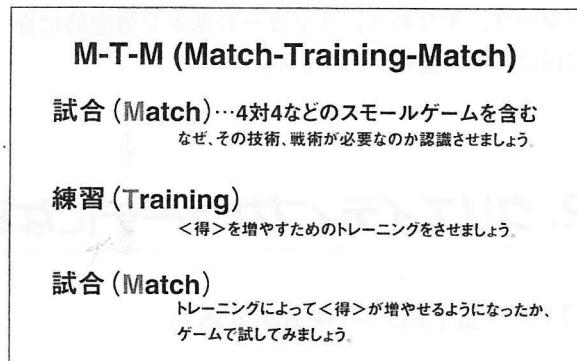
「何やってんだ!」、「シュート決めろよー」と叫ぶ前に、子どもたちのプレーを真剣に観て下さい。ただ見るのではなく、観察することが大切なのです。的確に見抜く、つまり分析するためには、サッカ

ーの技術・戦術理論やプレーの原則など、サッカーの構造や仕組みそのものをしっかりと理解しておく必要があります。さらに、ゲームではそれぞれのプレーに意図があります。これらの基本的な事項の理解と、それをベースにして「プレーを観る」ことを日々繰り返すことで分析力は培われていきます。

ゲーム分析を通して、試合の中から問題を抽出し、その克服のためにトレーニングを行い、また試合に臨むといったコーチングの方法をM-T-M (match-training- match) と言います。M-T-Mは長いスパンでもとらえることができるし、また、一回のトレーニングセッションの中でも考えることができます。

ゲーム(試合)でのパフォーマンス(出来ばえ)が最も重要です。したがって、常にゲーム(match)から始まり、そのゲームをより良くするためのコーチングであり、トレーニングでなければなりません。そして、再びゲームに戻すといったM-T-Mメソッドは非常に大切なのです。

図4-4



ゲームの分析ができれば、子どもたちが今どのレベルで、何を獲得さればよいのか見えてくるはずです。そして、指導するためのトレーニングをプランニングすることにもつながります。また、トレーニング中に見せる子どもたちの微妙な変化を見逃さず、ほめることや的確なアドバイスも可能になります。すべての出発点がゲームやプレーの分析力なのです。

3. 育成の全体像

キッズ年代
①

U-6 出会い



幼稚園年代
サッカー、スポーツとの出会い FUN：楽しみ
良い出会いをして、身体を動かすことが大好きな子どもに育てる。
おだんごサッカー

U-8 目覚め



小学校1・2年 多くの子どもたちがサッカーに接する機会を持つ。
学校生活の開始 生活環境の変化 幼児から児童へ
プレ・ゴールデンエイジ 跳躍の準備
クーパーメソッド、クアトロゲームでスキルの習得
有意義なゴールデンエイジになるための準備

U-10 ゴールデンエイジ

ゴールデンエイジに突入
学習のために最適な年代
本格的思考力の発達 仲間集団の芽生え
8対8の導入
チーム競技としてのサッカーのスタート

ユース年代
②

U-12 個を伸ばす



ゴールデンエイジ
スキル習得に最も有利な時期
個のパーカクツスキルの獲得
良いプレーをし、良いゲームをし、勝利を目指す。

U-14 個を磨く

ポスト・ゴールデンエイジ
クラムジー 急激な身体の変化で心身共に不安定となる。
失敗から学んで工夫する。プレーの質にこだわり、精度を高める。

ユース年代
③

U-16 個を生かす

大人のサッカーへの入口
FIFA U-17ワールドカップに向けて
攻守においてハードワーク／ポジションの専門性

U-17 育成の現在地確認

FIFA U-17ワールドカップ
競技での成果

U-18 大人のサッカー

ミスが許されない大人のサッカーへ
トップ選手への挑戦
自分自身が目的を持って進路を選ぶ。
FIFA U-20ワールドカップを目指した強化の開始