Technical news

Vol.5

特集
日本女子サッカー界からの報告

2004ナショナルトレセンU-16を終えて

コミュニケーションスキル～論理的に考える力を引き出す

JFAエリートプログラム／日韓交流

年代別指導指針⑤～世界トップ10を目指して！

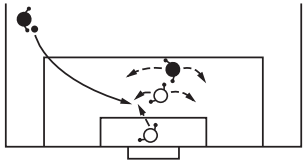
財団法人 日本サッカー協会

プローチしていった。

狙いとしては、DF役のときには①どのタイミングで指示をしてもらうとDFはプレーしやすいか、②どんな口調で指示をしてもらうとDFはプレーしやすいか（キーパーorクリア）、③広くGKにプレーしてもらうことでDFはどれだけ助かるか。FW役のときには、①GKの迫力あるプレーまたは声でプレーされるとプレーしづらくなるのか、②GKのプレーエリアが広いとゴール前に近づけなくなるかなど。

今後、なでしこジャパン（日本女子代表）が世界で戦うために重要なポイントは、クロスの対応だと思う。広い守備範囲を持ったGKがいることで、チームに与える影響は大きい。

山郷、小野寺選手はもちろん、他のGKたちにも期待したい。



2004年度JFAエリートプログラム 第5回トレーニングキャンプを終えて

山中亮（GKプロジェクト/サンフレッチェ広島） ※本誌20ページ参照

1.トレーニング

(1)U-13年代～トレーニング

トレーニングは、「コーディネーション」「ゲームに関わること」「基本技術の習得」テーマとして構築した。

①コーディネーション：トレーニングのウォーミングアップ時に導入、ステップワーク、ボール・ジャグリングなどを行った。下半身については、比較的スムーズな動きが獲得できているが、縦方向（膝関節、股関節）の動きはスムーズではなかった。筋力の向上とともに改善されると思われるが、動きについては働きかけを行っていくことが重要である。

②ゲームに関わる：トレーニングにおいて、状況を把握しゲームに関わっていくことをテーマとして行った。とくに「何を」「いつ」について、状況に合わせ、トレーニングの中でコーチングを行った。「何を」については、ボールをずっと見てしまう状況が多く見られ、DFラインとGKの間のスペースをFWに簡単に狙われ、決定的な場面を簡単につくってしまうことがあった。「いつ」についてはオフの場面であることはわかっていても、実際にはなかなかその場面で視野を確保していないことがあり、視野を広げるチャンスを逸している状況も見られた。

③基本技術の習得：シュートストップ、ブレイクアウェイ、クロスのシチュエーション・トレーニングの中で基本技術の習得を行った。とくに、韓国チームの攻撃に対するブレイクアウェイ、クロスの守備の改善として、DFラインの裏に蹴られてくるボールや抜けてくるボールについてトレーニングを行い、スターティング・ポジション、出る・出ないの判断について重点的に行った。

④セットプレー：前回の試合での失点は、セットプレーから6点を奪われており、機会をとらえセットプレーについての基本的な考え方、守備の仕方を伝えた。

2.ゲーム

ゲームに対するテーマとして、「積極的な守備」「グッドポジショニング」「DFとの連携」「安全確実な守備」「ブレイクアウェイ」「クロスの対応」ーブレイクアウェイ、クロスの対応はU-14のみーを実施したトレーニングと関連づけディスカッション行い、ゲームに臨んだ。

(1)U-14／第1試合

大畑拓也（港中学校）が先発。韓国はボールに対する強いプレッシャーと、DFラインの裏や逆サイドへのロングボールを多用し攻撃をしてきた。また、日本は韓国のプレッシャーの中において、ボールを失わず幅と厚みをもっての攻守にトライした。前半、前回の試合同様セットプレーからの失点してしまうが、前半で逆転、後半に追いつかれたが、終了間際で追加点を取り、3-2で勝利した。

失点はセットプレーからと、DFラインの裏へのボールに対する判断、DFとの連携ミスによるものであった。大畑はゲームを通して集中し、プレーすることができただけに、悔やまれる失点である。また、キックの精度、タイミングなどはまだレベルは充分に高くなく、ゲームの流れやパスの質を向上させていくことも重要である。しかし、前回の韓国戦から今回までの1か月余りであったが、ゲームでの落ち着きも見られ、成長の跡が見受けられた。GKというポジションは、経験が大きくものをいうだけに国際試合での影響の大きさを実感した。

ゲームを終え、積極的なコーチングについては、比較的スムーズに実行されていたと言えるが、観ることやスターティング・ポジションの決定、判断などについての改善点があり、実際その問題点により失点を許している。今後、改善すべき課題となるであろう。

(2)U-14／第2試合

大畑拓也（港中学校）が先発し、70分に柴田大地（四日市中央FC）に交代。韓国は1試合目同様、ボール保持者に対するプレッシャーとロングボールを中心に攻撃を行ってきた。DFラインの裏に対する守備について改善が見られた。適切なスターティング・ポジションと、出る・出ないの判断はプレーヤー自身の中でプランを持って対応している状態がうかがえた。しかし、判断をしっかりとチームに伝えることは十分でなかったため、ゲーム中にコーチングを行った。また、リスクマネジメントにおける状況の把握や観るタイミングについては、今後向上させていかなくてはならない。

(3)U-13／第1試合

金谷和幸（G大阪Jr.ユース）が先発。ゲームに対して、集中して入っていくことができた。スターティング・ポジションについても、状況を観ながら的確なポジションをとり続けていくことができた。しかし、自分で判断し、それをチームに伝えてプレーすることについては、まだ改善していくことが重要である。また、キックについてもボールをしっかりとミートし、パスとしての質を高めていかなくてはならない。ボールだけを観ているのではなく、DFラインの状況やゲームの流れを予測した状況の把握については、比較的スムーズに行えていた。

(3)U-13／第2試合

大森圭悟（岩出FC）が先発。集中してゲームに入ることができたが、ゲームになかなか関わることができず、ゴール前で状況を観ているだけの状態が多く見られた。しかし、ハーフタイムに状況を観て自分のポジションを確認すること、自分で判断し、それをチームに伝えてプレーを実行することについてディスカッションを行い、後半に送り出すと、状況をしっかりと観てプレーを行う場面が見られた。

まだまだ判断ミスはあるものの、積極的にプレーを行うことはトライできていた。状況を観て判断し、自分がプレーか味方にプレーさせるかを伝えながら、プレーを実行する習慣が自チームでも確立していけば、プレーの質も向上していくと思われる。

3.まとめ

韓国との交流プログラムを行い、この年代における課題が明確となった。GKにおいては、状況を観て判断し良いポジションをとり続けることが行えていないことに起因しているプレーが多く見られた。韓国のDFラインの裏へのロングボールに対して、充分なスターティングをとれないままプレーを実行し、ミスにつながっている場面などがそうであった。トレーニングでの状況では対応できているのだが、実際のゲームの流れに入ってのプレーになるとその技術が発揮できない。トレーニングの状況で、リアリティを持って取り組ませることができなかった自分自身の力量のなさを痛感するとともに、ゲーム状況で自分自身の技術を有効に発揮するための良いポジションを身につけていくことが、この年代では重要な要素のひとつとなってくることを再確認できた。

この年代では、コーディネーション（キャッチング、ステッピング、身体を操る、ボールを操る）の向上を図り、ゲーム状況を観て判断し、コミュニケーションをとってプレーを実行することを常に要求していくことが必要であると思われる。そのような判断と実行からの失敗や成功からより良いスターティングポジションをとり続ける習慣を身につけ、堅実なプレーが実行できるように、長いスパンでの育成が重要であると思われる。

カンタレリ日本代表GKコーチに聞く！ その1

●聞き手：加藤好男

――2006年FIFAワールドカップ・アジア最終予選の組み合わせも決まり、気持ちは2005年へと向かいますが、まず2004年を振り返るということで、同一次予選から話をうかがいたいと思います。

カンタレリ：一次予選に際しては、当面の最大のライバルであるオマーン戦が初戦であるということから、年明け早々のキャンプから準備期間が短く、ペースを上げたキャンプとなった。したがって、GKにはメディシンボールやゴムチューブを使ったトレーニングでフィジカル的負荷をかけ、とくにプレーのスピード回復を重視した。もし、あの試合がJリーグがスタートした後で、選手個々のコンディションが良い状態であったなら、もう少し仕事がやりやすかったと思う。

全体的には、一次予選を突破できて良かったと思う。アジアといっても対戦国は皆日本をターゲットとしているし、日本の取り組みに注目している。つまり、研究されているということ。私個人としては、そこに簡単な試合は存在しないと考えていた。

――一次予選中にAFCアジアカップも行われたわけですが、見事「優勝」という最高の結果を得ました。AFCアジアカップを振り返って、成績の要因、勝因をお聞かせ下さい。

カンタレリ：この大会の準決勝、ヨルダン戦において、PK戦を制したことが大変重要なターニングポイントとなった。この成功の背景には、トーナメント形式で行われる大会、ノックアウト方式なので、PK戦も含めた周到な準備をしたということが言える。

ヨルダン戦の2日前、VTRで多くのPK戦のシーンを編集して選手に見せた。そして、PK戦とはどういうものか、GKの行動に対してどういったときに決められているか、またキッカーというのはどうしたときに外しているかをディスカッションした。そして、練習でPK対策トレーニングを約60分個別で行った。方法は次のようなものである。

10本のPKをコーチ主導で行う。キャッチできるスピードのシュートを5本、キャッチできないスピードのシュートを5本という具合である。次に、10本のPKを選手主導で行う。これは選手がコーチの蹴るコースを指定して10本受けるものである。そのうちの5本ずつは先程のキャッチ可能、不可能なシュートでコーチが蹴る。そして、重要なポイントはボールを見て反応するということ。コースを想定して読み で動くのではダメである。この点では、反応スピードを上げることを重視した。そのため、目線をキッカーから外して下（地面）を見て、蹴られる直前にボールへ移してプレーしたり、後ろ向きで構えてコーチの声の合図で反転してプレーしたりというトレーニングも行った。その他、長座・うつ伏せ・あお向けの各状態からプレーするなど、PKの位置から蹴られるボールに対応するトレーニングを行った。さらに、私がGK役となり選手にキッカーをさせてキッカーの立場で考えさせたりもした。個別で60分、約20種類ぐらいのPK対策トレーニングを実施した。

――実際の試合の中で延長戦が終わり、PK戦へ突入する時、選手にはどう対応したのですか？

カンタレリ：PK戦直前に多くのことを話しても無駄であるし、プレーに集中することが最重要なので、選手自身の精神に語りかけるように言った。「PK練習はあれだけトレーニングしてきたんだ。5本の内1本は絶対止められる。君なら止められるんだ。大事なことは平常心だ」。そして、もう一度最後に「身体が自然に動くぞ！自分たちのやってきたことをやろう」と言って送り出した。

――そして、いよいよ2006年FIFAワールドカップ・アジア最終予選の組み分けが決定しました。これを受けてどのように準備していきますか？

カンタレリ：初戦は2月9日、ホームの朝鮮民主主義人民共和国戦、情報を確認していく。しかし、大切なことは自分たちのサッカーをやること。2004年は日本代表というチームの中でグループ要素が強く、一次予選突破やAFCアジアカップ優勝を経て、グループからチームへと変化してきたと思う。

GKで見れば、主に3名の選手が選考されていて（川口能活、楢崎正剛、土肥洋一）、3人の特徴は完全に理解した。今後は長所を伸ばすことと、課題を克服するために再トレーニングをしていく。彼らの限界点を広げることがしたい。

誰でもそうだと思うが、ある一定の成績・成果を出すと、人間、油断がつきものである。その判断が一番怖い。したがって、年明け早々のキャンプは、負荷を落とした状態からスタートしてトレーニングする。往々にして負荷を落としたときに、課題が見えるものだ。

到達目標は、GKを含めた自分たちのミスによる失点を無くすこと。また、相手の優れた力による得点以外、失点をしないことである。日本はアジアのNo.1となった。しかし、No.1になることより、No.1を維持することの方が難しい。ただ、ブラジルの格言にあるように「偉大なチームには、偉大なGKがいる」と言われるようになりたい。現代サッカーで無得点ゲームは少ないということは、失点をしなければ勝てるということである（以下、次号へ続く）。

カンタレリ日本代表GKコーチ／2004年12月15日
©フリーグフォト社