

バンディオンセ神戸4月 活動報告

<p>バイエルン</p>	<p>テーマ： 1対1の突破</p>
<p>先月や先月に取り組んでいた両足でのドリブルが行えるようになってきた選手が増えてきたので、今月はより実践に近づけてみて1対1の突破を重点的にトレーニングに取り組みました。ボールフィーリングのトレーニングでは、コーンなどの障害物にぶつからないようにドリブルを行い、またドリブルをしながら鬼ごっこやしっぽ取りを行うことで、ドリブルの感覚を覚えてもらうことを先月に引き続き行いました。1対1のトレーニングでは、コートの大さきを変える、障害物を加えるなど様々な形式で行い、1対1に対しての認識を持ってもらうことからスタートしました。そこから少しずつ発展させていき、シュートで終わる1対1ではなく、ライン突破の1対1を多く取り組みました。最初の頃は、殆どの選手がなかなか突破出来ずに相手に取られる回数が多かった印象がありましたが、回数を重ねていく中で、色々なフェイントを使う選手や両足のドリブルを使って突破していく選手が少しずつ増えていったことはとても良かったです。また、練習中の雰囲気も良く、サッカーしている時は楽しく真剣に取り組んでいたりと、話を聞こうとする姿勢も見ることが出来、少しずつ成長しているの、これからも良いところを伸ばし続けられるように指導していきたいと思っています。</p>	
<p>マンチェスター</p>	<p>テーマ： ボールを取られない</p>
<p>お互いのミスの多さから「ボールの奪い合い」となり、得点が出来ても駆け引きして成功した場面が少ないように思いました。判断する前（技術を発揮する前）に奪われてしまうので、まずは判断のスピードを上げることから始めました。早く決めることだけでなく、連続して決めることまでを目標にトレーニングしました。スピードは上がりましたが、広角にプレーすることまでは難しく、今後の課題としていきたいです。後半は判断したことを成功させるための技術の習得に重点を置きました。サッカーに必要な運動能力を向上するために、様々な方法でのボールリフティングとドリブル、そしてドリブルでは「ボールの置き所を定める」ことも目標としました。自分からアクションを起こせる場面が増えたことは良かったですが、判断がボールコントロールミスで成功してなかったのが惜しいです。技術は努力なので、焦らず継続して取り組みます。今後も、子供たちが成長していく上で大切な「自分で考え、判断し、成功する」ことを伝え、もっとサッカーを好きになってもらいたいと思います。</p>	
<p>ミラン</p>	<p>テーマ： ボールキープ</p>
<p>4月に入りカテゴリー編成がありました。子供たちはそれぞれ様々な感情を抱いているようでしたので、最初に、年齢ではなくレベルごとにカテゴリー分けをしている意味について、そして、このスクールで大切にしていることはみんなの成長であること。その成長を所属チームでの活躍や将来の活躍に繋げてもらいたいことに触れ子供たちにここのサッカーへの取り組みに対する心構えを作ってもらいました。サッカーの取り組みとしては、ボールを持つ自信のなさや恐怖心から敵とじっくり駆け引きする余裕が持てないことから、ボールを早く前に蹴り出して勝率の高いプレーを選ぶ判断に繋がると考えました。今いる目の前の敵だけのことを考えればそれでも勝てるのでしょすが、大会などで勝ち上がった場合には自分たちより速くて大きい敵と対戦します。そうした先のことを見据えたときに、敵を崩す力が必要になります。自分たちが敵と駆け引きをして崩していく力を身に付けるためにボールを失くさないことに取り組みました。バルセロナとの試合を通してボールの奪い方などに意図が出始めたのは良い傾向だと思っています。駆け引きして敵を操ることや自分の考える力を発揮して勝利することなどサッカーの奥深い楽しさに触れて将来の活躍に繋がっていきたく思います。</p>	
<p>バルセロナ</p>	<p>テーマ： ボール際の見極め</p>
<p>新年度が始まり新たな顔ぶれでスタートし、互いに刺激を受けながらサッカーに取り組んでいる様子です。今月は、技術の向上を徹底して行いました。これからサッカーの質を高めていく上で技術は欠かせませんので、リフティングを通してボールタッチと身体の使い方の改善を狙いとしています。ゲームでは、ボール際の状況からの次のプレーへの早さを鍛えています。サッカーは「ボールを持っている方が攻撃」という事ではありませんので、ゴールを目指すこととボールを奪うこととの、どちらを優先させたいのか？を誰よりも早く判断できるように取り組んでもらいました。経験値も重要ですので、反復して行えるようにオーガナイズし、たくさんトライできています。引き続き行いながら、レシーブ時のボールへの関わり方など、出来ることを増やすこと。精度を高めること。を行いよりスピーディにサッカーが出来るように指導していきます。</p>	
<p>J r. ユース (A)</p>	<p>テーマ： ビルドアップ</p>
<p>引き続き、守備の狙いとしてワンサイドカットをキーワードに精度を高めることと、ボールを奪った後に自陣から相手ゴールに迫るまで、終始主導権を握った試合運びをする為にボールを大事にしながら攻撃に移るまでの質を高める練習に取り組んでいます。頭の中では、ゲームの流れとそれに沿うプレーが描けるようになってきました。一人一人のプレーエリアが広がり、スピードも上がっています。しかし、次の課題となりますが、それを体現する技術不足に悩まされています。人とボールの移動距離、移動スピードが上がる訳ですから、当然今までにない感覚で技術を出していけなくてはいけません。相手が速くなればなるほど、精度が問われる試合になっていくので、今の技術の低さから自信度にも繋がりに、消極的な判断も目立っています。技術の向上と共に、さらにレベルアップできると思っていますので技術トレーニングにも励んでいきます。また、トップリーグやクラブユースで選手自身が実感できていることですが、70〜80分間、更には連戦を戦い抜くフィジカル面も上げていかなくてはなりません。コンディション不良、怪我などさまざまなリスクを伴いますが、乗り越えなくてはなりません。覚悟を持って取組める選手になってもらいます。</p>	
<p>J r. ユース (B)</p>	<p>テーマ： 前を向く</p>
<p>エリアごとの理解を進めて、サッカーの理解を深めていくことと判断スピードの向上に努めてきました。またハイテンポを利用して速いテンポから遅いテンポへの緩急の差を使って逆を取っていくことにも取り組みました。全体的に理解も進みテンポアップすることなどが浸透してきたので、現在はもう一度、球際の攻防のレベルを上げていけるよう敵を背負っても自分で前を向いていく姿勢（闘争心、判断）を持っているかや敵に接近されても顔を下げずに落ち着いてプレーしているかに取り組んでいます。それに併せて、闘争心はもちろんですが、勝負の心構えや厳しさについても触れました。試合中に失点を重ねて勝利が遠のいたとしても、逆に得点を重ねて勝利が近づいたとしても終了の笛が鳴るまでは全力で闘い続けなければならないこと。また例えばフェリーのジャッジに恵まれないことがあったとしても、連戦で疲れていたからといってもそれらを理由に認められないということや結果が覆るわけではないことを心構えとして作りました。しんどい時や苦しい時こそ成長のチャンスと捉え、力を発揮して乗り越えていける逞しさを身に付けていってもらえるように、指導者も選手と共に成長していけるよう取り組んでいきたいと思っています。</p>	
<p>J r. ユース (C)</p>	<p>テーマ： 間合いをはかる</p>
<p>先月末に行われた高知合宿を無事に終えて、バンディオンセ神戸でのサッカーが本格的にスタートした今月は合宿中から少し気になっていた自分たちがボールを持っている時の相手との距離感や、相手とボールを持っている時の自分たちとの距離感について近すぎたりまた遠すぎたりとまだまだ自分たちの間合いでプレー出来ていないと感じましたので、間合いについてのトレーニングを重点的に取り組みました。普段から行っているフリードリブルの時には、ボールタッチの細かさやトップスピードに乗った時のボールタッチに気を付けてトレーニングを行いました。また、ボールポゼッションのトレーニングの時は一度に多くの相手からボールを奪われる状況を想定して判断のスピードを上げていき相手との間合いを取り続けることをトレーニングしました。やはり、ボールタッチの細かさなどの技術的な部分は練習中も試合中も疲労が溜まってくると正確さに欠けるプレーがまだまだ多くあるので、これからも継続して取り組んでいきたいと思っています。その中でも、選手たち自身は日々成長していて、失敗してもすぐにチャレンジし続ける姿は非常に良いことなので、良いところは伸ばし続けられるように私も指導にあたっていきたいと思っています。最後に、Cチームの保護者の皆様には平日の練習や土日の練習試合の時に様々なサポートをして頂いて、本当にありがとうございます。そのお陰もあって選手たちも正面からサッカーに取り組んでいると思いますので、これからもご理解とご協力をお願い致します。</p>	