

# B級コーチ養成講習会レポート

報告者：柏木進太郎(清水エスパルス)

## ■期間

第5コース（東海）

前期：2018年6月18日（月）～6月23日（土）

後期：2018年10月29日（月）～11月3日（土）

## ■会場

御殿場高原時之栖

## ■インストラクター

濱崎芳己氏

加藤賢二氏

## ■所感

《世界基準を日常に～日常を変える～》

日常とは日々のトレーニングや試合であり、指導者の示す基準であると思っている。世界との差を縮め、追い越すためには基準を変えなくてはいけない。ジュニアなどの年齢の低いカテゴリーでは世界と戦える日本が、年齢を重ねると逆転されていくのは、まさしく日常の差であると感じた。

《世界との差》

講義の技術・戦術的課題で指摘されていたように、守備（1人で守れる、1人で奪える、球際の強度、守備範囲を広くする）が世界との差として大きいと感じた。日々のトレーニングから高い強度でのプレーを要求していかなければならない。攻撃の担保として、さらには攻撃を高めるためにも守備の強化は必須だと感じた。

《動きながらプレーすること》

全ての実技テーマにおいて共通して必要とされていたのが動きながらのボール技術であった。常に動きながらプレーし、同時に観ることが要求されていた。日々のトレーニングのなかで守備強度を高めた上で、動きながらのボール技術+判断（観る）を習得させていくことが世界を舞台に戦うために重要なキーファクターになることを再認識した。

《指導者しか選手を変えることができない》

指導者が学び続けなければ選手も成長しない。自分自身のクオリティを高めていくために、この講習会のように多くの指導者との会話や講義、学びを实践する場があることは改めて有り難いことだと感じました。

今回は静岡県サッカー協会のご支援、ご協力のもと講習会に参加させていただくことができました。静岡サッカー発展のために、ここでの学びを活かして貢献していきます。ありがとうございました。

◆ 日程・会場 第4コース（北信越）

前期：2018年6月11日（月）～6/15（土）

後期：2018年11月5日（土）～11日（土）

会場：和倉温泉多目的G、能登島G（いずれも石川県七尾市）

◆ インストラクター

遠藤 善主 氏（JFA インストラクター）、飽田 敏 氏（長野県サッカー協会）

◆ 主な内容

講義：「フィジカル」・「コミュニケーションスキル」・「プレーの分析」・「プランニング」  
「コーチング」・「プレーの原則」・「コーチの役割」・「GK」・「審判」・「暴力根絶」  
「セットプレー」・「技術・戦術的課題」

実技：「ポゼッション」・「守備①チャレンジ&カバー」・「前線の崩し」・「フィニッシュ」  
「守備②スライド」・「ビルドアップ」・「クロスの攻撃」・「クロスの守備」・「GK」

試験：指導実践、口頭試験、筆記試験

レポート：「スポーツ医学」・「スポーツ心理学」・「スポーツ社会学」・「トレーニング科学」  
4分野計13個のレポート課題（e-ラーニング）

「2017 指導指針レポート（U-14）」・「2017 指導指針レポート（U-16）」

「FIFA ワールドカップ 2018 日本戦レポート（技術・戦術分析）」の3個のレポート課題

◆ 所感

上記期間・内容にて2018年度JFA公認B級コーチ養成講習会北信越コースに参加させて頂いた。前期後期の計12日間、そしてレポート課題等の間の学習を通じ、多くの学びを得ることができた。

指導実践では、テーマとなる現象をいかに引き出すか、そのためのトレーニングの構築やオーガナイズをいかに設定していくか、そして目の前の選手達に対して適切なタイミングで適切なコーチングができるかということの重要性を改めて学ぶことができた。キーファクターをただ伝えるだけでなく、実際にプレーしている選手の目線に立ったコーチングが必要であり、選手が納得してプレーしているかということを経験者は常に意識していくことが必要であると感じた。自分自身が実際に選手役としてプレーしていく中で、インストラクターや受講生の指導をプレーヤーとして受けるという経験も非常に貴重な時間であった。

講義やレポート課題では、指導者として「目の前の選手達の未来に触れている責任」があるということに改めて強く感じた。様々な知識を持った上で、その年代や選手達のレベルにあった取り組みを積み重ねていくことが重要である。

また、全国各地から集まった22名の受講者達は、指導している種別・地域も様々ということもあり、活発なディスカッションや情報交換の中から多くの刺激を受けることができた。それぞれの現場での情報を交換していく中で、様々な地域の取り組みを知ることができ、指導者間のネットワークの構築という意味でも素晴らしい時間を過ごさせて頂くことが出来た。「指導者しか選手を変えることはできない。」この言葉を大切に、この講習会で学んだことを生かして、目の前にいる選手達と寄り添いながら地域の選手育成に貢献していけたらと感じた。

このような貴重な機会を与えて頂いた関係者の皆様、そしてB級北信越コースでお世話になった関係者の皆様に感謝を持って、日々指導者として精進していきたいと思う。

## B 級指導者養成講習会レポート

報告者 阿部宏紀(清水桜が丘高校・FC 桜が丘)

### ■期間 第 10 コース(Jリーグコース)

・前期:2018 年 12 月 3 日(月)~8 日(土) ・後期:2018 年 12 月 20 日(木)~25 日(火)

### ■場所 ・時之栖スポーツセンター、御殿場時之栖

### ■インストラクター

・前期 西川誠太 氏(チーフ)、内山篤 氏

・後期 西川誠太 氏(チーフ)、山口隆文 氏、有馬賢二 氏、加藤好男 氏(GK)

### ■所感

前期・後期の間が 2 週間弱だったので、短期集中型の B 級養成会でした。B 級で求められることは、C 級での基準 (ON と OFF の関係) が整理されていることが前提 (土台) で、B 級の基準である 3 人称 (OFF と OFF) を把握する事でした。例えば、ボールの受け手のポジショニング + 身体の向きに加え、ボールの移動中にその次の受け手が動き出しをしているかを観ること、またその選手が伺いながら動き出しているのかを、把握しないといけません。把握した上で指導者が明確な「基準を示す」ことをキーワードに、前期・後期と進んでいたと個人的に感じました。講義ではプレーの分析やロシア W 杯の TSG が完成したばかりの映像を観ることが出来ました。また各講義では必ずディスカッションの時間が入っており、受講生同士で理解を深め、意見を交わしながら、内容を深めていきました。事前課題では E ラーニングでのレポート課題と指導案作成、前期後期間の事前課題では指導実践を A 級以上に観てもらうことが課題でした。短い期間で指導案を考え、実践を重ねることは、自分としても理解を深めることが出来ました。前後期で 10 日弱ですが、改めてサッカーを教える楽しさ、考え方、責任感を発見と再確認することが出来ました。サッカーの価値観を磨いていけるように、今後も精進したいと思います。

簡単ですが以上報告させていただきます。

## ●概要

コース：第5コース（東海）

日程：前期：2018年6月18日（月）～6月23日（土）

：後期：2018年10月29日（月）～11月3日（土）

会場：時之栖・ブルーベリーロッジ

参加者：24名（1種2名、2種6名、3種14名、4種2名）

インストラクター：濱崎芳巳、加藤賢二、大橋昭好（GK講師）、上川徹（審判講師）

## ●内容

### ・講義

前期：フィジカル、コミュニケーション、プレーの分析、コーチング法①（プランニング）、  
コーチング法②（コーチング）、プレーの原則

後期：コーチの役割、GK、審判、暴力根絶、セットプレー、技術・戦術的課題

### ・実技

前期：フィジカル、ポゼッション、守備①（チャレンジ&カバー）、前線の崩し、フィニッシュ

後期：GK、セットプレー、守備②（スライド）、ビルドアップ、クロスの攻撃、クロスの守備

・テスト：筆記試験（前後期）、指導実践（前後期）、口頭試験（後期）

### ・指導実践のテーマ

ポゼッション、守備①、前線の崩し、フィニッシュ、守備②、ビルドアップ、クロスの攻撃、クロスの守備  
の8テーマの中から前期2回、後期1回行う。（前期の1回目は持参した指導案のゲームを実践）

## ●学びと課題

### ・プランニング

プランニングで重要なことは選手に何を獲得させたいのか、その要素を明確にすることである。そのために、  
ゲームから逆算の発想でトレーニングをプランニングすることである。そこで必要な要素は目標設定とアプ  
ローチ、リアリティとクラリティのバランス、オーガナイズの要素、成功と失敗のバランスなどがある。

### ・プレーの分析と基準の明確化

育成年代の分析は自チームの個の分析が重要である。4つの局面において、on と off の状況でどんな現象が  
起こっているのを観ることで、選手への気づきが生まれる。その観点として、指導者が基準をもち、それを選  
手に伝えることが重要である。

### ・課題

指導実践では、プランニング、現象の分析、コーチングへの課題が明確になった。プランニングでは、獲得  
したいものを明確にし、そのためのオーガナイズを見直すことの必要性が考えられた。プランニングでは、on  
の選手への働きかけが多くなり、off での気づきを上げることが、テーマ獲得につながると考える。コーチ  
ングでは、伝えたいことを整理することで、明確なコーチングにつながり、さらには、よりフォーカスされた  
コーチングになるという課題がでてきた。

### ・まとめ

本講習を受講させていただき、一番重要なことは、目の前の選手をうまくしてやろうという気持ちであり、  
そのための方法を指導者が持っているのかということであると感じた。トレーニングにはテーマがあり、その  
テーマを教えようとする選手は納得せず、指導者の一方通行で終わってしまう。大切なことはテーマを獲得  
するために、選手の実態がどうであるかを分析し、そのための基準を示し、選手にコーチングしていく中で改  
善されていくこと、つまり選手がうまくなっていくことであると感じた。恩師からいただいた言葉の中に、勉  
強したらテストを受けろという言葉があったが、まさに今回の講習でそれを実感することができた。選手をう  
まくすることが指導者の役割であり、その方法が適切であるのかは今回の講習などの機会を利用して、確認し  
ていかなければいけないと感じた。今後の課題は、目の前の選手の実態を分析し、その改善方法を常に考  
えて行く中で、指導力の向上を図っていくことであると感じた。また、今回の講習会への参加が自分への気づき  
となり、とても貴重な時間を過ごすことができた。

## B 級指導者養成講習会 レポート

報告者：菅藤徹也（静清高校）

### ◆期間・会場 第4コース（北信越コース）

前期：2018年6月11日（月）～6月16日（土）

後期：2018年11月5日（月）～11月10日（土）

実践会場：和倉温泉多目的グラウンド

### ◆JFA インストラクター

遠藤 善主氏・鮑田 敏氏・前田 信弘氏（GK インストラクター）

### ◆内容

#### <講義>

コーチガイダンス・フィジカル・コミュニケーションスキル・プレーの分析・  
コーチング法（プランニング・コーチング）・プレーの原則・コーチの役割・GK・審判・  
暴力根絶・セットプレー・技術、戦術的課題・

#### <実技>

フィニッシュ・前線の崩し・ポゼッション（パス&コントロール、組み立て）・  
ビルドアップ（自陣からのポゼッション）・守備①（チャレンジ&カバー）・  
守備②（スライド）・クロス攻防（クロス対応、キック、入り方）・ゴールキーパー

#### <試験>

指導実践・口頭試験・筆記試験

#### <課題（レポート）>

共通科目として「スポーツ医学」「スポーツ心理学」「スポーツ社会科学」「トレーニング化学」の4分野において、13のレポート課題を行った。また前期から後期への課題として、「2017 指導指針からのレポート U14/U16」「FIFA ワールドカップ 2018 日本戦レポート（技術・戦術分析）」の3つのレポートの提出、実技8テーマのログブックと指導計画の提出課題があった。

### ◆所感

今回 B 級指導者養成講習会に参加させていただき、全国から来た同じ志を持った人たちと非常に有意義な時間を過ごすことが出来た。実践や講義を通して多くのことを感じ、整理することが出来たように思う。指導者が選手にどんなことを獲得させたいのか。そのためにどんなトレーニングを組み立てるのか。そのトレーニングでは何を観て、どんな声掛けをしていく必要があるのか。そういった細かいことをより計画的に考える必要があると学んだ。そしてその積み重ねが選手の育成につながるはずである。今回学んだことや感じたことを忘れず、常に学ぶ気持ちを持って現場に立ち続けたいと強く思う。