

## 「2021 年度 B 級指導者養成講習会 JFA 東海コース」

沼津西高校 阿井 雄平

2021 年度 B 級指導者養成講習会 JFA 東海コースに参加することができ指導力向上はもちろん、サッカーの知識についても非常に学びのある研修であった。

私は、B 級に参加する前は指導者として足りない部分を「サッカーの原理原則の理解」と「具体的な基準の提示」として考えていた。そのためトレーニングが上手くできていない時に何が原因なのか明確にすることができなかった。

東海コースは前期・後期・試験期の3段階で行われた。前期では他受講生とグループを作り、1つのテーマのトレーニングを w-up～ゲームまでプランニングし行った。そこで行ったトレーニングでは「基準の具体的な提示」ができず、改善が見込めないトレーニングとなってしまった。しかし、他受講生とのサッカーについての対話や指導を見たり改善しあったりすることができ、日に日に見えるものが多くなったと感じた。また、自分の課題であった「基準の具体的な提示」については試験期の際にはしっかりと提示することができるようになっていた。

指導において最も重要なのは、ゲームからの逆算したオーガナイズをプランニングができているか。また、獲得させたいスキルが出るようなオーガナイズになっているかだと感じた。獲得させたいスキルを意識しすぎてサッカーからかけ離れてしまう場合と、ゲームに近いが獲得させたいスキルのシーンが出ない場合がある。あくまでもトレーニングの段階で異なるが、「クラリティー」と「リアリティー」のバランスが重要である。このようなことをきちんと考えプランニングできれば有意義なトレーニングを行うことができる。

講義では、コーチングの種類や特徴、プランニングの仕方、サッカーの原理原則、プレーの原則など多くのことを学ぶことができた。サッカーの原理原則では、プレー位置による優先順位、4局面での原則などを学ぶことができ、コーチングをする際に非常に役に立つと同時に「具体的な基準の提示」もできるようになった。

今回、JFA の東海コースに参加することができ、以上のようなことを学ぶことができたと同時に多くの出会いがあった。最近までプロの舞台で活躍していた選手たちや他県の同種・他種の指導者やインストラクターとサッカーについて対話したり、一緒にサッカーをしたり、改善しあったりする中でサッカーの指導する面白さや難しさを感じることができた。ここで学んだことや出会いを大切に現場で見ている選手たちに還元させていきたい。

## B 級コーチ養成講習会 レポート

報告者：堀 勇至（富士宮北高校）

○期間 第3コース（東海コース）

前期：2021年7月12日（月）～7月16日（金）

後期：2021年10月4日（月）～10月8日（金）

試験期：2021年12月6日（月）～12月8日（水）

○会場 時之栖

○JFA インストラクター

鈴木 貴浩・望月 一仁・大橋 昭好（GK インストラクター）

○内容

<講義>

分析①（プレーの原則）・プランニング・サッカーの基本戦術・コーチング・フィジカル・コミュニケーションスキル・GK・スポーツ倫理・世界のサッカー（TSG 他）・分析②（ゲーム・プレーの分析）・審判・セットプレー・チームマネジメント

<実技> 8 テーマ+GK・ゲーム・グループ内課題

攻撃の個人戦術（パス&サポート）・守備の個人戦術（チャレンジ&カバー）・フィジカル・ビルドアップ・中盤の守備・中央突破・ゴール前の守備・サイド攻撃・クロス守備・GK・ゲーム・グループ内課題（前線からの守備）

<試験>

指導実践・口頭試験・筆記試験

<課題（レポート）>

事前課題として、実技 8 テーマのログブックと試合分析（自チーム）2 試合分と自己分析シートの提出課題があった。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」「トレーニング科学」の 4 分野において、13 のレポート課題及び試験を行った。また前期から後期への課題（間の学習）として、実技 8 テーマのログブック及び指導実践（S 級もしくは A 級ジェネラルの方に攻守 1 テーマずつの 2 テーマを観てもらいコメントをもらう）と試合分析（自チーム）2 試合分の提出課題があった。

○所感

B 級コーチ養成講習会に参加させていただき、全国から集まった色々な価値観・サッカー観を持った方々と、実技やディスカッションを通じて非常に多くの学びを得る事ができた。今年から指導者養成の内容が大きく変わり（受講生が主体となって学ぶスタイル）、前期から後期の途中までは 4 人グループでディスカッションや一つのテーマの指導実践を行った。一つの指導案を作成するのに何時間も話し合い、なりたい姿からの逆算で緻密にトレーニングを組み立てることの大切さや、トレーニングの中のどのタイミングで、何を観て、どのような手法でコーチングしていく必要があるのかをグループ内で思考し共有した時間は、改めて「指導者しか選手を変えることはできない」ということを強く感じた時間であった。今回学んだことや感じたことを目の前の選手に還元していくと共に、常に学び続ける姿勢を持ち指導していきたいと強く思う。今回、このような機会を与えていただき、本当に感謝致します。有難うございました。

## 「2021 年度 B 級指導者養成講習会 JFA 東海コース」

清水エスパルス 李 光

今回 B 級ライセンスを取得するために講習会に参加し、普段は職種も違えば指導しているカテゴリーも様々で、また全国各地域から参加する指導者の方々に会うことができ、本当にたくさんの学びと経験を得ることが出来ました。

実技と指導実践の面では、「いかに選手に伝わりやすいようにできるか」がとても重要だと再認識できた。そのためにはインストラクターが何度もおっしゃっていた「simple, quick to the point」が全てだと感じ、講習会に参加しながらもちろん普段の指導現場でも意識していく中でシンプルに伝えながら指導することができ、自分自身の成長を感じた。

また、講義の面では、サッカーの目的、原理原則といった全体像を今一度再確認しながら進めたことによって、サッカー理解をするうえで頭の中が整理できた。

前期にはグループに分かれてゲームを分析し、トレーニングをプランニングして実際にテーマを決めトレーニングを行った。

教わってきた指導者や人によってサッカーに対する考え方も違う指導者たちが一同に介しトレーニングは苦しく難しい中ではありましたが、とても有意義で学びのある時間となりました。講習会の最初に伝えられたオープンマインドの心を持ちながら、どのようなトレーニングメニューでその中で何を意識しながら望んでいくかをグループ全員が納得いくまで話し合うことで、自分の意見を伝える重要性、また他者の意見を受け入れる重要性共に感じる事ができ、長い時間の話し合いとはなったが密度の濃い話し合いができた。

実際に実践をした際には、うまくいった点も改善点もたくさんでてきたが、そのすべてが自身の経験となりこれからの指導の肥やしになることは間違いないという確信を得ることができて、改めて今回 B 級指導者養成講習会の参加することが出来て良かったなと感じた。