

2022 A級ジェネラル養成講習会 報告書

報告者:鈴木 勇貴(所属:ジュビロ SS 掛川)

1, コース 第3コース(茨城県 鹿島ハイツスポーツプラザ)

2, 日程 前期: 5月 9日(月) ~ 5月14日(土)5泊6日
中期: 9月 5日(月) ~ 9月10日(土)5泊6日
後期: 11月14日(月) ~ 11月27日(土)5泊6日
※チューター:影山雅永、本吉 剛

3, テーマ ①高い位置からの守備の改善
②ビルドアップの改善
③中盤でボールを奪う守備の改善
④中盤でボールを奪う守備に対する攻撃の改善
⑤リトリートした守備の改善
⑥リトリートした守備に対する攻撃の改善
⑦カウンターアタックの改善(自陣に引き込んでから)

それぞれのテーマがどのエリアでの現象にフォーカスしているのか理解すること。
それによって、攻撃のスタート位置・守備のスタート位置はどこからなのか設定される。また、改善したいテーマの裏返し为非改善側のテーマとなり、トレーニングの前提条件となる。例えば、ビルドアップの改善では、非改善側のチームは高い位置からの守備をしていくことが前提となる。

※カウンターアタックは「攻撃」の練習という捉え。どう奪うかはある程度必要だが、こだわり過ぎない。何度、どのようにカウンターを仕掛けられるかの方が重要。

4, 内容 前期:Tr1—Tr2 監督1回 コーチ1回 GK コーチ1回
・コミュニケーションスキル ・GK 講義 ・フィジカルコンディショニング
・プランニング ・コーチング
B 級で学んだことの確認とテーマ理解のために指導実践後に全員でディスカッションを行った。

中期:Tr1—Tr2, Tr2—Game 各監督1回 コーチ1回 GK コーチ1回
・プレゼン実習 ・スポーツ社会学 ・メディカル ・ゲーム分析 ・栄養学
・心理学 ・チームマネジメント
前期で整理したテーマを間の学習で実践し、その実践をコーチとリレーションしながら披露する。ディスカッションは7テーマを1つずつ全員でディスカッションしながら共有し、2周り目からはチューターと指導実践者がマンツーマンで振り返りを行った。

後期:Tr2—Game,指導実践試験 監督1回 コーチ1回 GK コーチ1回
・チームビルディング ・システムの変遷 ・ナショナルトレセンコーチ講義
・暴力根絶 ・口頭試験
テーマに沿ったトレーニングを高いレベルで行うために、改善側に働きかける

のはもちろん、非改善側にも働きかけつつ4局面を意識して指導を行うことが求められた。ディスカッションはチューターと指導実践者がマンツーマンで行い、指導実践試験では振り返りはない。

※前期―中期、中期―後期の間に高校生以上を対象に指導実践を5回行う。そのうち2回はA級ジェネラル以上の資格を持った方に見ていただいて、振り返りとコメントをいただいてLogbookに記録する。

※レポート課題として、

- ①メディカル(ヨーロッパ遠征での時差対策とその理由)
- ②栄養(体重が減ってしまった選手への対応と指導)
- ③スポーツ心理学(心理的な問題が原因でパフォーマンスが落ちた例を挙げ、その原因と対処法)
- ④スポーツ社会学(新しい公共の考え方と地域スポーツクラブが持つ可能性について)

※指導実践は改善・非改善ともに1-4-4-2で行う。

5, 提 言 自分自身の反省でもあるが、テーマを選手に押しつけすぎないことが重要だと感じた。準備してきたフリースポイントやシンクロポイントを披露する小手先の指導ではなく、テーマを十分に理解した中で、実際に行っている現象を捉えて指導する力が求められる。

指導をするうえで、成功ばかりを求めるのではなく、非改善にも働きかけて失敗させることで監督の出番となる。そこで監督が意図するコンセプトを伝え、成功させることで説得力のある指導となる。11人全員を意図的な戦術行動を取らせるためには、全体を把握しながら先回りして次の現象を予測する必要がある。

また、受講生同士で指導案や情報の交換を行う環境作りはとても役立つ。(特に指導案の交換・交流)間の学習でA級以上の方に見ていただいて、アドバイスをもらってプランニングをしてくるが、視点の違いや指導の違いはとても大きい。色々なサッカーの中から、自分のコンセプトを作り、説得力のあるエビデンスを持った指導を行うことが大切。

再試験になった方の特徴としては、前提条件となる攻撃・守備(裏テーマ)が弱いこと。テーマに対するプレーエリアが明確でないこと。4局面の管理ができていないことが多かった。選手の疲れによるパフォーマンスの低下やそもそもの技術不足などがあるので、指導実践の試験でのチームが成功したかしなかったかは重要度が低いように思えた。それよりも、押さえるべきエビデンスのあるコンセプト、テーマ理解、4局面、コーチングができているかどうかの方が重要に思えた。

A 級コーチ養成講習会 レポート

報告者:横山 勝也(静岡市立高等学校)

■目的(事業:2022 年度日本サッカー協会公認 A 級コーチ養成講習会 JFA コース)

アマチュアトップレベルのチーム及び選手に質の高い指導ができる人材を養成すると同時に、地域・都道府県の指導者のリーダーとなる人材の養成と各年代に特化した指導が質高くできる。

- ① ゲーム・・・ゲーム中に的確に指導
- ② 分析・・・ゲーム・プレーを分析できる、
- ③ プランニング・・・ゲームで出た課題を改善するトレーニングを計画できる。
- ④ トレーニング&コーチング
- ⑤ チームと選手の育成
- ⑥ チームマネジメント
- ⑦ サッカーにかかわる知識

■流れおよび全体像

A 級ジェネラル指導実践の項目

- ① 高い位置からの守備の改善
- ② ビルドアップの改善
- ③ 中盤でボールを奪う守備の改善
- ④ 中盤でボールを奪う守備の対する攻撃の改善
- ⑤ リトリートした守備の改善
- ⑥ リトリートした守備に対する攻撃の改善
- ⑦ リトリートした守備に対する攻撃の改善

■課題の発見

B級では場面を切り取り、「こういうプレーがベターなんだ」と研修を受けたが、A級ジェネラルでは、試合全体を見ながら、状況ごとに何を必要とするかの判断が必要だった。つい、そのプレーについてフリーズをかけて私自身が描いていたプレーをさせようとしていたが、そこが、まったく違っていたことが一番の発見であり、収穫だった。

A級では、7 つの状況設定の中で、目の前にいる選手の状況から、「いかに守り、いかに点を取るか」をその GAME の中で掘り下げていき、TR2を考え、TR1、W-UPを組み立てていくことが大切だということを実感することができた。なぜ、その現象が起きたかを状況の分析から考えていくことが大切であり、今回の研修の中では、ゲームの動画を確認しながら、その現象がいつから起き始めたのか、その原因を追究することも大変に勉強になった。

■まとめ

「納得感」を選手と指導者がお互い持ち、納得して初めて目指すサッカーができるかと理解できた。指導者は「こういうサッカーをしたい。」(EX ポゼッション・縦に速い・堅守速攻)しかし、選手のイメージしているサッカーが違う場合、いくら指導者が訴えてもアマチュアトップレベルでは自分たちのやりたいサッカーがある場合もある。双方向のコミュニケーションを深めることにより、選手たちの今までトレーニングや経験してきたサッカーとサッカー感が指導者のやりたいサッカーが一致していく。

今回、北海道教育大学・岩手教育大学・静岡大学の学生の協力と受講生のほとんどが元Jリーガーの参加者とプレーをしてきて強く感じた。お互いの「納得感」があって目指すサッカーができるかとA級ジェネラルの講習会を通じて一番勉強になった。引き続きこの経験をこれからの指導現場において生かしていきたい。

A 級ジェネラル養成講習会 報告書

報告者：宇津山剛（池新田高校）

●概要

コース：第4コース（北信越【松本】）

インストラクター：越田剛史氏、望月聡氏

受講生 24 名

前期：5月 23 日（月）～5月 28 日（土）

中期：9月 5 日（月）～9月 10 日（土）

後期：11 月 7 日（月）～11 月 12 日（土）

●内容

【講義】

前期：コミュニケーションスキル・ゲーム分析+プレーの原則・GK 講義（実技あり）・プランニング・フィジカル
コンディショニング（実技あり）・コーチング

中期：栄養・スポーツの社会科学・メディカル・東京五輪 TSG・スポーツ心理学

後期：チームビルディングト・ナショナルコーチングスタッフ講義・チームマネジメント・口頭試験

【実技】

7テーマ

- ① 前線からボールを奪う守備の改善
- ② 前線からボールを奪う守備に対する攻撃
- ③ 中盤でボールを奪う守備の改善
- ④ 中盤でボールを奪う守備に対する攻撃の改善
- ⑤ リトリートした守備の改善
- ⑥ リトリートした守備に対する攻撃の改善
- ⑦ カウンターアタックの改善（自陣に引き込んでから）

指導実践 前期 1 回【TR1-TR2】

中期 1 回【TR1-TR2-Game】

後期 2 回【TR2-Game】※ 1 回は最終試験

前期は、改善・非改善ともに 1-4-4-2 で実践をおこない、中期以降は、非改善の 1-4-4-2 に対して改善はシステムの縛りをなくして実践をおこなった。実践者が監督役を務め、コーチ役、GK コーチ役の受講生とリレーションを築きながら指導実践をおこなった。（※最終試験は監督役のみでおこなう）実践終了後にその都度、振り返りのディスカッションの時間が設けられた。監督役が振り返りを述べ、それに対しての受講生からのフィードバックをもとにディスカッションをおこない学びを深めていった。

【間の学習】

講習を通して出た自分自身の課題をもとに、次の講習までの期間で指導実践をおこなった。また、別に課された課題に取り組み、ブラッシュアップをして次の講習に臨んだ。

前期～中期：指導実践

（5回以上の指導実践をおこない、うち2回を S,A 級保有者にコメントをもらう）

・プレゼンテーション実習課題作成

（中期 1 回目目の指導実践のテーマに対する PowerPoint を作成）

・マスター・オブ・エモーション（書籍）を読み込む

中期～後期：指導実践

(4回以上の指導実践をおこない、うち2回を S,A 級保有者にコメントをもらう)

●学びと課題

開校式の際にインストラクターから「全員で作り上げる講習会」であると話があったが、まさにその通りであると感じた。インストラクターは主にファシリテーターとしての関り、受講生同士でのディスカッションを通して学びを深めていくことがメインとなっていた。受講生も様々な背景を持つ方が集まっていた。W 杯への出場経験のある方が2名、その他にもプロ選手としての経験のある方も多く、海外での指導経験を持つ方もいるなど、多種多様な方々と共に学ぶことができことは大きな財産となったと感じる。

間の学習では様々な方に指導実践の御指導をいただいた。特に石井ダイレクターには何度も実践を見ていただいた。毎回きめ細かなフィードバックをいただくことで、新たな気づきや再確認することが多かった。実践に対することはもちろん、指導者として大切にすべきことや選手への関わり方など、自分の中で整理されていくのを感じることができた。

講習会を通して感じた自分自身の一番の課題は、プレーを分析する眼を養うことだと感じた。高いレベルでのプレー経験のある方は、その経験からくる洞察力が高さを有している場合が多く、プレーの理解やジャッジに優れていると感じた。そういった部分を補うために、様々なレベルの試合やトレーニングに現場で多く触れ、ディスカッションをする機会を多くもつことで、サッカーを見る目を養っていきたい。

●提言

必ずしもライセンスを持っていなければよい指導ができないわけではないが、私自身は今回の講習会を通して非常に大きな学びを得ることができた。W 杯でのプレー経験がある方をはじめとして、1種から4種まで様々なカテゴリーや地域で活動する方々と同じ目的の下で学びを深める時間は非常に刺激的であった。その場にいなければ学べないことや感じられないことが本当に多くあると感じた。またピッチ内での指導実践や多くの講義を通しての学びはもちろんであるが、それ以外でも深夜までサッカーにどっぷり浸かりながら様々な意見交換をする時間は、他では味わえない貴重な学びの場であった。

また実際に選手役としてプレーすることで、サッカーをプレーする楽しさや難しさを、改めて身をもって感じることもできた。他の受講生と意見を交わしながらプレーしたり、アドバイスを元に改善に取り組んだりしたことは非常に良い経験となった。自分なりに身体づくりをして臨んだつもりではあったが、もっと良い身体の準備をして講習に臨めばより学びを深められたのではないかと感じた。次年度以降に受講される方は、十分にコンディションを作って臨んでいただけたらと思う。