

KSCウエルネスFC保護者勉強会

『ジュニア世代の選手育成

ナショナルトレセンU12指導者講習会より』

日本サッカーの目標－2005年宣言

JFAの約束2015

2015年には、世界でトップ10の組織となり、ふたつの目標を達成する。

1. サッカーを愛する仲間＝サッカーファミリーが500万人になる。
2. 日本代表チームは、世界でトップ10のチームとなる。

JFAの約束2050

2050年までに、すべての人々と喜びを分かちあうために、
ふたつの目標を達成する。

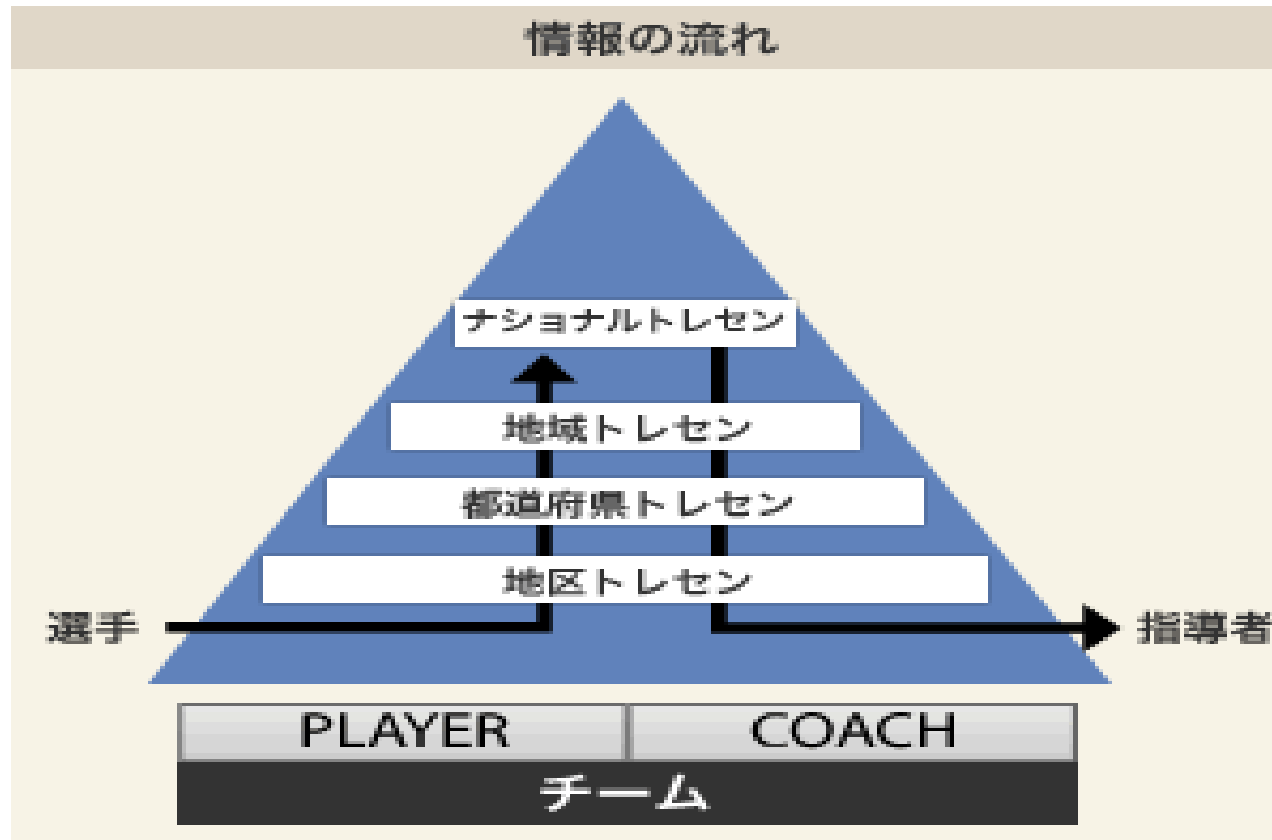
1. サッカーを愛する仲間＝サッカーファミリーが1000万人になる。
2. FIFAワールドカップを日本で開催し、日本代表チームはその大会で優勝チームとなる。

DREAM
夢があるから強くなる



NTC(ナショナルトレセン)U-12

- 目的
- ・各地域より選抜された選手の強化
 - ・指導者のレベルアップ



サッカーライセンス制度

FP	S級コーチ	(日本代表、Jリーグ監督 etc.)
	A級コーチ	(1種チームの監督、Jリーグコーチ etc.)
	B級コーチ	(2種[ユース・高校]チームの指導 etc.)
	C級コーチ	(3種・4種[ジュニア・ジュニアユース]チームの指導 etc.)
	D級コーチ	(ジュニ世代全般の指導 etc.)
GK	A級コーチ	(1種チームの指導 etc.)
	B級コーチ	(1種チームの指導、Jリーグコーチ etc.)
	C級コーチ	(1種チームの指導、Jリーグコーチ etc.)
フットサル	C級コーチ	

現代サッカーのトレンド

2008 EURO2000(ヨーロッパ選手権)

2010 FIFA ワールドカップ南アフリカ大会



スペイン優勝

- 高いボールポゼッションから、選手が流動的に動きゴールを目指す
- ショートパスをつなぐパスサッカー
- 狭いスペースを有効に使う
- 11人全員がフットボーラー
- 守備では高い位置から全員でボールを奪う
- ハードワークできるフィットネス

これからの日本サッカーの方向性

『これからの日本サッカーはより早く、よりテクニカルに、よりタフになって行く！』

- ボールを奪ってからの早い攻守の切り替え
- 多くの選手が関わり、多彩な攻撃を行う
- 守備ではボールを失ったら、すぐに前線から守備を行う
- フルタイムプレイを反復する

指導方針の変化

最近のトレンドとなる前は・・・

『子供は小さな大人ではありません』



- 大人と同じプレイや判断を求めてはいけない。
- ジュニア世代(U12)は、ゴールデンエイジの特性を考え、個人技を磨く事を最優先する。

最近のトレンドでは・・・

『大人と同じ判断が出来るように』

- ジュニア世代の選手にも、大人と同じ価値観でプレイが出来るようにする。

これから求められるサッカー選手の要素

- ①技術 正確なキック、
 トップスピードで性格にボールを止める、蹴る、運ぶ技術
- ②守備 個で相手を止められる守備力
- ③判断 周りの状況を観察し、味方選手と関わり持ちながら
- ④フィットネス フルタイム反復してプレイ出来る持久力
- ⑤メンタル 勝利にこだわるメンタリティー

サッカー選手としての土台になるU-12

- 動きながらのテクニック習得(ボールを止める、蹴る、運ぶ)
- 状況を観る・観察する、そして判断する
- 積極的なトライ&エラー
- 将来に向けた持久力のベースを作る
- 精神面での自立

大人のサッカーに移行する準備を完了するU-15

- 個としての技術、戦術の準備を完成させる
- 相手に応じて、味方との関わりを持てるようにする
- 状況に応じた技術と戦術の質を追求していく世代
- 持久力が最も伸びる年代

トレーニングの組み立て方

ドリルからゲーム形式へ

- プレッシャー

OFFプレッシャー ⇒ ONプレッシャー ⇒ HIGHプレッシャー

- 人数

1人⇒2人⇒複数

- プレイの条件

制約なし ⇒ 制約あり ⇒ 複数の制約あり

最後に

『学ぶ事をやめたら、教える事をやめなければ
いけない』 ロジェ・ルメール(元フランス代表監督)

参考資料

2011ナショナルトレセン関東U-12指導者講習会パンフレット
JFA U-12指導指針2010