

バンディオンセ神戸6月 活動報告

パイエルン	テーマ： 前を向く
<p>最初に心構えとして「難しいことにも、最後まであきらめないで取り組もう」と約束しました。リフティングでは、10回を目標に取り組みました。10回を越える子供が増えてきたことは、ボールコントロールの上達を感じられました。残念ながら10回に届かなかった子もボールを触る場所が定まってきたことにより、ボールへの足の当て方に上達を感じられましたので、継続して練習をすれば10回をクリアできる可能性を感じています。</p> <p>前半は、先月に引き続き「前を向くこと」をテーマにボールフィーリングや1v1に時間を多く割きながら闘争心やオン・ザ・ボールのテクニックを中心に取り組みました。後半には、オン・ザ・ボールの力をさらに引き出せるようになるために、ボールを受ける力を伸ばしていくことを狙いとしてパス&レシーブやキックにも取り組みました。子供たちが一生懸命取り組んでくれたお陰で、体力面でも向上が窺われ「ボールを失ったら奪い返す。」「ボールを奪ったらゴールを目指す」という攻防の連続が練習の最後までできていたのも成長を感じました。</p> <p>これからもサッカーの本質に触れながら個人のスキル向上と、人として遅く育ってもらえるよう指導にあたっていきたいと思いをします。</p>	

マンチェスター	テーマ： ボールを受ける
<p>これまでマンチェスターでは、ボールを持って相手を抜く楽しさや得点に繋がる楽しさを感じてもらえるようにドリブルを中心にトレーニングを行ってきました。ボールを持てば果敢に仕掛けていく姿勢を備えられたことと、局面での成功も増えてきていると感じました。しかし、ボールを持つまでに時間がかかる。という課題も抱えていましたので、今回は、ボールを積極的に受けて、自分でボールを持つ機会を増やすことと、スムーズにできるようになることを目標に行いました。</p> <p>まずは8mほどの距離で正面からくるボールを受けることから始め、トラップは自分の足元をすることを意識してもらいました。月初めは、ボールの正面に移動する(パスがスれている時)ことをせずに足でボールを触りにいったり、足から弾かれていくようなトラップで足元になかなか止める事が出来ませんでした。どちらも次のタッチが遅くなり、主導権を握れなくなってしまいました。意識して取り組んでもらい慣れていくことで、少しずつパスの距離も長くしていきました。また、正面だけでなく横からくるボールも受けれるようにオーガナイズしてトライしてもらいましたがまだ難しい様子でした。</p> <p>ゲーム中は、いまままでにない距離間でパスを貰いに走り出す動きが出てきました。広い場所で受けるとドリブルしやすいですし、ゴールに繋げるのに簡単に出来る事(選択肢)が増えてきていると思います。出来ることが増えると楽しくなる。向上心を引出しながら、自発的に取り組める環境作りも心がけて今後も指導していきたいと思いをします。</p>	

ミラン	テーマ： 突破の理解
<p>今回は突破力をさらに高めるためにもう一度基礎から取り組みました。リフティングでは、体の様々な場所で触る感覚を養うことと体の使い方(バランス)について取り組み、また色々な方向からの浮き球に対してしっかりとコントロール出来ることを狙いとし複数の人数でも行いました。1対1では、ドリブル突破に取り組みました。ボールポゼッションでは“様々な方向への突破”ということポイントに、パスでの突破を選手たちにも意識してもらい取り組みました。</p> <p>ゲームではドリブルとパスを織り交ぜて突破についての理解をさらに進められるよう取り組みました。最初はなかなか上手に出来ていないことがありましたが、突破についての理解が進むにつれて判断力が向上していったように思います。また、選手たちも練習の時は練習、休憩の時は休憩としっかりと気持ちの切り替えが出来ている選手が多くなることは良いことなので、そういう部分を伸ばしていけるよう指導に取り組みたいと思いをします。</p>	

バルセロナ	テーマ： コミュニケーション能力の向上
<p>より多くの関係(グループ)の中でプレー出来ることを目標としました。パスを出す側の技術力も求めながら、特にレシービング技術に重点を置きトレーニングを進めました。まずはロングキックを受けることから始めました。軌道の正面に入ること、腰より高いボールは上半身を使って受けること、をポイントに行いました。ゲームではパスを出したら止まる傾向にあったので、「フリーと突破」をキーワードに、「連続」と「どこで受ける」ことをポイントにしました。連続してレシーブする理解が進みだしたところで、「いつ受ける」にフォーカスを移しました。後半は「3人目のレシーブ」にも触れることが出来ました。子供たちの理解は進みました。レシーバーの理解が進んだことで、ボールホルダーの課題が目立つようになりました。判断が遅れて寄せられてしまいパスが使えない、ボールが止まらない、などは来月の課題として持ち越したいと思いをします。またパス&レシーブを行ったことで、グループで解決しなければならず、お互いの個性がすれ違ったりしながらも、調和し成功した瞬間はみんな喜びを共有していたのがとても印象的でした。サッカーの向上はもちろんですが、サッカーを通じ子供たちの心も育てる指導を行っていきます。</p>	

Jr. ユース (A)	テーマ： ボール奪取とビルドアップ
<p>今回は、ミドルゾーンでの守備とディフェンシブゾーンからミドルゾーンにかけてのビルドアップに取り組みました。ミドルゾーンでのボールの奪い方と各ポジションの役割の確認を練習試合を通して行っています。まだまだ浸透していない事と戦術に縛られてボールを奪うことの始まりでもある1stディフェンスが遅くなってしまっていることなど課題は山積みですが、少しずつクリアしていているところです。ボールを奪った後のビルドアップについては、これまではディフェンシブゾーンでの練習を行ってきましたが、現在はミドルゾーンに差し掛かった場所での練習をし、ゲームメイクに必要な力を大きくしているところです。パスを使ってボールを動かす際、レシーバー(受けて)が遅くボールホルダーのパスコースがなくなることが目立ちましたので、ボール回しではレシービングのことを中心に取り組みました。レシービングの改善がビルドアップにも繋がります。ゲームメイクの質を上げる事にも繋がりますので、引き続き理解と精度を高めていきたいと思いをします。</p> <p>また、心構えとして勝負弱さが浮き彫りになってきました。少しのミスや予期せぬ出来事など、逆境に弱く力を発揮できないことから抜け出せません。しかし、選手達自身が以前よりもその弱さを自覚できるようになってきました。「変わりたい」という思いを具体的にどう行動に移したらいいのかも自分から考えて出来るようになってきてきていると思いをします。</p> <p>このチームでサッカーが出来るのもあと僅かとなってきました。ラストパートをかけて最大の目標、関西の舞台で勝てるチームを目指して全力でとりくんでいきます。</p>	

Jr. ユース (B)	テーマ： 前を向く
<p>Bチームは、引き続き前を向くことに取り組んでいます。戦術的な理解を深めていくためにエリアごとの考え方について触れながら進めています。逆にボールを奪う時は前を向かせないこと。そして敵をコンパクトな局面に押し込むように奪うことを狙いとして取り組んでいます。少しずつですが、攻守においてチームとして連動するシーンが出始めているのが良かったです。また技術的な要素としてボールを受ける技術（レシーブ力）の向上に取り組んでいます。浮き球は落ちてくるのを待って足でボールを触ろうとすることで、レシーブが遅れる傾向にあるので、ボールに寄って早く触るをベースにいつ触るかを考えて駆け引きしていきけるよう目指しています。</p> <p>日々の生活の24時間に目を向ければ、サッカー以外にも勉強などに使わなければいけない時間もあるはずですが。しかもこれから新人戦や中3に向けてチームメイトとの競争が激しくなってきます。自主練習をすること、トレーニングや試合で頑張ること、は最低限の基準として、“いかに追求したか”からくるものが厳しさだと考えています。</p> <p>質にこだわり、1回1回のトレーニングや試合を濃い時間にしていきましょう。</p>	

Jr. ユース (C)	テーマ： 突破
<p>先月は主にリカバリーについてのトレーニングに取り組んだ結果、ミスに対しての認知が少し向上したので、今月は攻撃側の視点から突破とは何かということからスタートし、突破についてトレーニングを行いました。突破には、ドリブルを使っての突破やパスを使っての突破があり、その使い分けも含めてドリブルとパスの練習に取り組みました。フリードリブルですが、先月に引き続き、後ろなどの様々な方向にもドリブルを行えるように、ドリブル中の体の向きや遠くを見ること、更に4方向（前・右・左・後ろ）を見ることに気を付けながらトレーニングを行いました。しかし、ドリブルのスピードを速くした状態では、ボールタッチがズレて、ボールを見る時間が増えて遠くを見るのが出来ません。引き続き反復してトレーニングしていきたいです。ボールポゼッションでは、今月からパスを加えて、パスとドリブルを使い分けて突破が出来るかどうかを取り組みました。最初は状況把握が遅かったり、判断を間違えて、相手に奪われる回数が多くありましたが、回数を重ねることに状況を把握するスピードが少しずつ速くなってきているので、継続して取り組み判断力の向上につなげて、自分たちがボールを持ち続けることが出来るようになっていきたいと思っています。</p> <p>ハンティオンセ神戸でのサッカーも4ヶ月目を終えようとしています。サッカーと中学校生活の両立で苦労したり、勉強に苦労したりとそれぞれの壁に直面していますが、サッカーをしている時はサッカーに正面から向き合っている選手が多いので、何事からも正面から取り組める選手に成長していってもらえるように指導していきたいと思っています。</p>	