



アバン仙台 Jr. Youth News 第41回 2018年 3月号

旅たちを迎える ジュニアユース8期生



～それぞれの「道」に向かって～

～みなさんに「感謝」～

8期生キャプテン 宮崎健登(けんと)くんから

2017年度を戦い終えて



僕は最初、中学校の部活でサッカーをやっていて、アバンの友達に誘われて1年生の時に入りました。その1年生ではドリブルの練習をたくさんしましたし、ドリブルが好きな人が多いチームだなと思いました。

1年生のリーグ戦では、10点差以上で負けることもあり悔しい経験が多かったです。仲間との時間も含めて楽しめました。1つ上の代の新人戦が始まって結果は9位。来年は自分達で越えようと思いました。

2年生になった昨年度は1部から2部に落ちてしまいました。新人戦も守備が良くなって、なかなか試合に勝つことができず、12位という結果に終わってしまいました。今まで3年生に頼ってきた部分が出てしまったのかなと反省し、絶対に自分たちで1部昇格を勝ちとるという目標に練習に励みました。

その年にチームのフォーメーションも変わり、戦い方も1年生の時に強化したドリブルを主体としたサッカーをするようになりました。色々なチームと練習試合をして、少しずつチーム内でも声が出てきて、自分達でも少しずつチームが良くなってきているかなと思えるようになりました。

3年生になってからは、リーグ戦などでも勝つことが続くようになりました。クラブユース宮城県大会でも、あと1回勝ったら東北大会出場が決まるまで進みました。

第6代表決定戦、試合は始まりからいい雰囲気、早い時間帯で先制点をとることが出来ました。後半になって逆転されてしまったけれど、2点取って逆転しました。でも、また同点にされ延長戦までの戦い最後には勝つことが出来ました。

今までのサッカーで一番楽しくて嬉しい試合でした。

クラブユース東北大会に出場し、初戦はモンテディオ山形村山と戦うことになり、1年生の時は、一点も取れず10点差以上取られていた相手です。結果的に負けはしたけど3失点という結果で自分達の成長を感じることが出来てすごく良かったです。

また、最終戦ではヴェルディ岩手と対戦し、今までやってきた自分達のサッカーがしっかりと出ることが出来て、自分がDFポジションから見ているとすごく楽しい試合で、引き分けに持ち込むことができたので良かったです。

クラブユースが終わって、リーグ戦もグループの中一位で終わることが出来ました。同時に始まった高円宮杯の1回戦で、クラブユース東北大会を決める試合で戦った相手に負けてしまいました。本当に悔しかったです。

最後は喜んで終わりたいと思い、昇格戦で勝てるようにみんなで集中して練習をすることができ、昇格戦でも無事勝つことが出来ました。一番の目標を達成することが出来て嬉しかったです。

今アバンにいる1・2年生は自分達のやるべきことをしっかりとやって、1部残留を頑張ってください。アバンに入ろうとしている人は遠慮せずにサッカーを楽しんでください。

皆さん、卒業の季節がきました。今年度、東北大会に出場し、宮城県リーグ1部昇格も果たした選手たちが卒業します。

今、私が選手に一番伝えたい言葉は『感謝』です。最初の感謝は、1年生の時に25名と最人数でスタートできたことです。個性もあり技術的にも優れていたのでもU15リーグを3年生として戦うのが楽しみになったのを覚えています。

それから間もなく、帯同したU13リーグ数試合のプレーを見てみると、ドリブルやパスなどのレベルも高く、そのうえプレーしながら判断でき、プレーを変えられる選手もいて観ていて面白いと思えました。その時、すでに彼らを中心としたチームの戦い方も頭の中にはあったのも確かですし、強いチームになると思えました。

それから、2年生のときに挑んだ2016年度U15リーグ。数人が出場しましたが、2部降格を経験しました。そのため、同時に2017年度は1部昇格が最大の目標となりました。でも実力を考えればきっと1年で昇格できると信じてチーム強化に励みました。

そして今年度は、第一に『1部昇格』を目指し、『クラブユース選手権大会、東北大会に出場し勝利すること』も目標に活動してきました。この目標を達成するために、ドリブル技術を活かしながら相手ゴールに向けて突破していくことにチャレンジしました。

また、もう一つの特徴でもあるパス技術は、相手の守備の反応を観ながら細かいパスを使うことや状況を観て大きくパスを使うなど、試合をコントロールすることに取り組みました。

一方、DFの選手たちとチャレンジしたのは、『守備専門』としてではなくゴールも決めることです。リーグ戦でもゴールを決める機会が増えたことで、『全員』でゴールを目指せるようになりました。

すると、その成果は東北大会出場にも結びつきました。この経験は選手にもクラブにとっても大きな経験となりました。

しかし、大会を終えてすぐ、燃え尽きたような取り組みをしている選手もみられ、厳しく求めたこともありました。そこから再び気を引き締め臨んだ1部リーグ昇格戦はPK戦までもつれ込む激闘の末、1部昇格を勝ちとることが出来ました。

選手には、たくさん経験させてもらいました。私もガッツポーズしてしまうようなゴールや勝利にも立ち会えました。

思い起こせばたくさんありますが、特に宮城県第6代表決定戦のA・Cエポルティーボ戦やヴェルディ岩手戦でのゴール、そして昇格戦での勝利、本当に感謝しています。

今後とも高校サッカーでの彼らの活躍に注目してみてください。

選手たちの活動について

ジュニアユースでは、「人」を育成することも大事にしていることを2月号でも紹介しました。「人」しての成長を考えたときに、3年生の輝貴(てるき)くんとは3年間を通してコミュニケーションに取り組んできました。

輝貴くんは小学生の頃から見守ってきました。当時から内向的な部分がありました。いいプレーもする選手です。ただ、ジュニアユースとしての活動をスタートしてから仲間たちの中で内向的な部分からプレーが思い切れていない、楽しめていないのではないかと心配し彼と話し合った時があります。

活動を心から楽しんでほしいと思い、まず仲間たちと話せるように輝貴くんなりにプレーでの表現、関わることを頑張りました。また、実行には難もありましたが「テンションナンバーワン」と目標を自分で掲げた時から、笑顔も増えた部分、皆の前で少しずつ話せるようになり、そして一度だけ、彼のガッツポーズを見れました。

コミュニケーションという点では一番苦労しました。でも成長しました。力強く走り、ボールを奪うことも増えました。自分なりに頑張る姿に私もリーグ戦を通してチャレンジしてこれたのも輝貴くんの誠実さ、努力のおかげだと思っています。



羽刈 輝貴(はぶち てるき)くん

僕は、アバンツァーレジュニアユースに入り、様々な苦労がありました。

中でも一番苦労したことは、コミュニケーションです。

これは、中1から中3まで、ずっと自分の課題でした。もともと僕は人見知りという性格もありましたが、練習不足や怪我などで仲間との技術の差が開いていく中、自分を見失い、自分の考えを伝えることが難しくなっていました。

しかし、コーチや仲間たちはいつも自分の心に寄り添ってくれました。サッカーから離れたと思うことも正直ありましたが、3年間続けてこれたのは、このアバンツァーレだったからだと思います。

正直辛いと思うこともありました。けれど、コミュニケーションはサッカー以外の場面でも大切だと思うように受験勉強にシフトした今だからこそ思いますし、自分の弱さと向き合うことも大切だと思います。自分にとってとても必要なことだったと思います。ハードで大変だったトレーニング時期も、そして練習も大切な思い出となっています。

中2・中1の皆さん、MJ1の舞台に立つにあたり、今まで以上に困難もあると思います。ですが、その困難を乗り越えよう仲間と努力した日々はいつか、かけがえのないものになると思います。皆さんを応援しています。共に活動してくれた皆さん、今までありがとうございました。

畠山コーチからアドバイス

さて、皆さんはどんな自主練習をしていますか？リフティング？ドリブル？キック？どれもOKです。特に自主練習に決まりはありません。

でも、「レベルアップ」を目指すのであれば、ただリフティングだけが上手くなるために取り組まないようにしましょう。

コーチは中学生から本格的にサッカーを始めましたが、部活動だけでは技術も考え方も追いつけなかったため、時々ですが近所の高校生と自主練習をしていました。

それには理由もあります。相手が上手くて強いからではありません。例えば、経験したことのないタイミングでボールを狙ってきたり、身体も強く速く寄せられます。また、ロングキックを受けようとしても、「読む力」「速さ」「強さ」もあるので、かなわない部分が多く悔しい思いもありましたが、つまらなくなったりすることはありませんでした。むしろ楽しかったです。

そのため、気づき考えることが大事になります。例えばパスを受けるとき、相手をよく観察しました。パスを受ける動きに相手が反応したら逆に動くこと、つまりマークを外す動きを自分で覚えておくのです。

そういった意味では、テクニカルスクールも中学生と小学生、時にはコーチが相手の時にも工夫が大事で、そういった行動から経験していくことも大事です。

ところで、コーチは皆さんにあることをよく伝えています。それは、「リラックスしながら感覚を磨く練習」と「負荷のかかる練習」についてです。「ゆっくり、のんびり」と練習する中で掴めた感覚や偶然でも出来たことを試合のように動いて試してみる。さらに今度は、試合でもやってみて修正する。という繰り返しをしていきます。

そして、コーチの言う「負荷」とは「筋肉や心肺機能にかかる運動の強度」や「心へのストレス」を与えることです。動くスピード、走る距離と時間の長さ、様々な向きへの連続的な動き、相手との間合いの変化もそうです。人が集まれば、もっと広く観ることや相手の体格や速さといった様々な条件も調節できます。

例えば、ボールを壁に当ててボールをコントロールする練習、「壁当て」も自分と壁の距離を徐々に短くする中、蹴る強さは変えないことで体感的に速く感じて難しくなりますが、上手くコントロールできればきっとサッカーがもっと楽しくなります。

皆さんも対戦相手や取り組む時間、走る長さ、プレーする広さ、相手との距離など様々な工夫をしてみてくださいはどうか？練習がもっと面白くなりますよ。

テクニカルレポート

今回は、「パスを受ける位置」についてです。サッカーをする上で、判断と技術に作用する要素でもある「観る」こと。これはトレーニングや実践の中で習慣を積み重ねていかねばなりません。

ただ、一口に観ると言っても試合の流れの中、攻守の切り替えもあり目まぐるしい中、ただ観るだけでなく、「自分で観やすい位置」に立つことや、「向き」をつくることも大切です。

試合の中で意識したいことは、ゴールに向かうことですが、ボールを失わないように動かす中でも「周囲を観る、観ておく」ことが必要です。ボールを守るのではなく、狙って動かすためです。

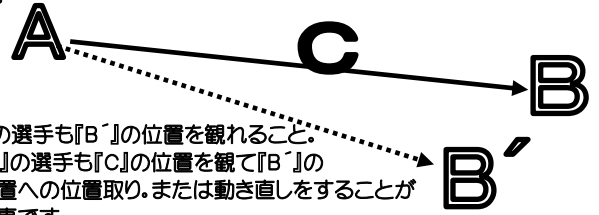
自分たちの攻撃の質によって変わる相手の反応に対して、「自分の位置」をボールを受ける前、パスを出した後などに動きながら繰り返し行っていきます。

- ①全体が見えるポジション(ゴールからゴール、相手、味方、ボール)
- ②ボールを前に運べるポジション(スペース、相手との距離)
- ③簡単にパスを受けられるポジション(スペース、相手との距離)
- ④攻撃の向きを変えられるポジション(相手との距離と身体の向き)

4項目が分かれているわけではなく、パスを受ける前に周囲に目を向けて、タイミングと共に適切な位置をとれること、ボールをただ大事にするだけでなく、ゴールに向かってプレーを動かせる位置を項目の中から見つけてみましょう。

ボールだけを観るのではなく、味方の駆け引きの動きによって起きるタイミングや空いてくるスペースを見つかけられるとサッカーは面白いですよ。

「位置」= 相手や味方との「幅」・「角度」について考えます。図のBの選手。Aからパスを受けるための角度が狭く、その間にCの選手がいた場合、Cの足にパスが当たってしまう確率も高くなります。



Aの選手も「B'」の位置を観ること。「B」の選手も「C」の位置を観て「B'」の位置への位置取り。または動き直しをすることが大事です。

テクニカルスクール生紹介

今回、テクニカルスクール名取会場に所属する小学生から、キャラクターでも好かれ、サッカーが大好きだという佐々木祐(たすく)くん(小5)を紹介したいと思います。

佐々木 祐(ささき たすく)くん



- 好きな食べ物？
○ お母さんのつくったチャーハン
- 好きな選手は？どうして好き？
○ メッシ選手。テクニックが凄い

- 得意なプレーは？
○ シザースフェイント
- 上手になりたいプレーは？
○ エラシコ、個人技、ロングキック。

- テクニカルスクールの練習はどうですか？楽しいですか？
○ 楽しいです。強い中学生とも練習できるのが、すごくいいです。

- 将来の夢は？
○ サッカー選手 (日本代表)
- お父さん・お母さんに一言。
○ サッカー頑張ります。

また、他にも今後の活躍、成長が楽しみな選手もいます。共に活動する中学生たちにも物怖じせず堂々とプレーしています。そして中には中学生もビックリするようなプレーもして見せてくれています。今後の活躍、活動も楽しみな選手たちを今後も紹介していきます。