アバンツァーレJr.サッカークラブ
〒981-1105
宮城県仙台市太白区西中田5-9-5-101
TEL
022-796-9942
（月曜日～土曜日）
10時～19時まで

アバン仙台Jr.Youth News

第23回
2016年 8月号

～みんな、前を見て進め！～

MJリーグ後期 スタートはまさかの逆転負け

７月１６日（土）にＭＪリーグの後期がスタートしました。前期は２－２の引き分けで終わったＦＣみやぎセカンドとの対戦。結果は1-2で敗戦。前半に先制点を奪ってから何度か絶好のチャンスがありながら決めきれず、迎えた試合終盤残り５分でカウンター攻撃から２点を決められ逆転負け。とても悔しい負け方で選手もすごく落胆していました。それから中１日での八木山中学校との試合は、前日に全員でやるべきことを確認して臨み、猛攻から８－０の勝利。２日前の表情から比べると、少し晴れたかと思います。

しかし、降格圏内にいる今、必要なのは勝ち点３のみ。前期はフレスカに負けてから連敗続きとなり、悪い流れのまま終わってしまいました。勝負はこれから、次節（７月30日）から更に力のすべてをぶつけ、後悔のないように

試合を観て感じた事 ～小室匡平～

今回の試合は、怪我をしていたのでベンチから試合を見ていました。

僕は新人戦までほとんど試合に出たことがなく、いつもベンチからの応援だったので、その時のことを思い出し、当時と同じ思いを感じました。

相手は前期引き分けたＦＣ宮城２nd、なぜか試合の時よりも緊張感が凄く、試合中に胃が痛くなるほどでした。

先制点を決めたのは高橋拓実くん。心の底から嬉しかったです。先制点から流れに乗りたいところでしたが追加点は奪えませんでした。１点リードで迎えた後半戦、相手も得点を奪いにくる気迫がすごく劣勢の時間も続く中、上池拓斗くんを中心に防ぐことができました。

しかし、ラスト５分で攻撃に耐え切れず失点。その後も失点し逆転されました。とても悔しくて悔しくて、試合後は虚無状態みたくなってしまいました。

今回ベンチから見て感じたことは、「チームの運動量のバラつき」 です。ある選手は前からプレスをかけ、抜かれても奪いにいき続け、身体を投げ出して止めようとする選手。一方では、プレスもかけず抜かれても全力で追いかけない、中途半端な選手。自分を当てはめて考えると後者だと思います。それがどれだけ格好悪く、チームの力になれていなかったかを知りました。自分は精神的に強くなく、甘さを出してしまいます。でも、後期は落としていい試合は１つもないので、改善に力をいれたいと思います。思うだけでなく行動します。今後は自分が気づいたことを自分から発信しチームに貢献できるよ

～前期から成長したこと～

後期の２試合を消化して客観的な視点でコーチが思うことは、ようやく試合の修正ポイントがはっきりとしてきたこと。これまでは試合を終えても、あれもこれもという感じで正直なところ相当大変でした。

しかし１ヶ月の中断期間を終えてからの２試合は修正点がすごく明確に見えるようになりました。これは指導者としてこれから色々と進めやすくなったということ、歯痒い結果を繰り返した時期へのリベンジのために必死に良い策を考えていきます。しかし、プレーするのは選手たち。自分たちの持つべき目標に向かって進んでいきましょう

感動秘話 ～第2話～

今回の主人公はＳＣ歴でいけば一番短い、高橋走（かける）くん（中３）です。走君は走るのが大好きな選手。でもジュニアの頃は、試合中にたくさん走る選手では決してありませんでした。本人もそんなことを話していました。走り切れなかった当時の分に打ち勝つために、名前にある走る姿が似合う選手になれるように頑張ります！」、そう新人戦の時に話してくれてから現在も挑戦を続けています。

コーチは走くんが一生懸命に走る姿が好きです。とても大切なことであり、下の学年の選手にもかける君のように「走る」ことを基本として戦い抜いてほしいです。

そして、人柄は優しく、後輩もリラックスして話せる柔らかな性格です。誰よりも純粋にサッカーをします。とても素直な選手なので、今後さらに成長していくことをコーチも期待し、活躍を

願っています。後期リーグ、走くんの活躍がチームを勝利に

～成長した選手、行動した選手を紹介～

今回はもう一人紹介したい選手がいます。豊沢航太くん（中２）、チームの中では自己主張が少なく、物静かな選手です。正直、彼を新人戦で担当した時は心配していました。

技術的には、性格が出ている部分も多く、戦いぬくためには人より感じる力、積極的な行動力なども兼ね備えて、本来、得意とするダイレクトプレーの精度を磨き、守備力不足も改善していくことが必要です。でも、最近の航太くんのレベルは上がっているので今後の成長が楽しみです。

さて、7/9（土）の遠征先でのことです。雨の中、活動を終えた後、皆は帰る準備のために荷物置き場へ戻る中、航太くんは雨の下、水道でトレーニングに使ったコーンを綺麗に洗ってくれました。「人が嫌がることに率先して行動」。残念がらチームを通してあまり見られない行動です。とてもよい瞬間に立ち会えました。これからも少しずつ進んでいこう。

文章責任：畠山明人 hatakeyama@avanzare-sc.com

アバンツァーレ Jr.サッカークラブ
〒981-1105
宮城県仙台市太白区西中田 5-9-5-101
TEL
022-796-9942
（月曜日～土曜日）
１０時～１９時まで

裏

U13リーグ　初の「勝ち点1」

７月１７日（土）、対　レグノア戦。あづま運動公園競技場はとても素晴らしいピッチで選手のテンションも上がっていました。会場はスタジアムとなっており、たくさんの観客に囲まれる中で

ここ最近は攻める機会も増えていて、初勝利の予感もありました。

試合は、まず勢い良くスタートを切ることができ、再三のビックチャンスがあり、アバン優勢で前半を終えました。

しかし、後半は運動量が落ち、足が止まり出してからは相手にペースを握られる展開となりました。結果は悔しい引き分け。

このことから選手たちの課題は「走力」です。サッカーの根本の一つである「走り」が統かなくなり、それに伴い練習してきた技術も発揮できず、またメンタル面も奪われていくのが見て感じ取れる試合となりました。

試合後、皆で４００メートル×５本（１分２０秒目安）など、すぐに気持ちを切り替えてトレーニングに励みました。選手の皆さん、試合から感じ取ったことをすぐに行動に移すようにしましょう。その先にある「勝利」を掴み取るために地道な努力をしましょう。コーチがアドバイスした走りのトレーニングにもまずは着手してみること、それから基礎技術も面倒くさがらずに大事にすること。これらに継続していきながら、トレーニングでは勝敗にこだわり、試合に向けて高い意を持っていきましょう。

～まだまだ、戦いはこれから～

現在のチームの課題と取り組み

前期の日程が落ち着いた今、平日・週末の活動で２・３年生は守備の改善を主に行っています。各主要な大会日程のなかでも課題点としてあげており、各選手の中でも守備については問題視しているところです。

主な取り組みを具体的にいえばファーストＤＦの当たり方とセカンドＤＦの立ち位置とそこからボールが移動してからの動きについてです。

●ファーストＤＦは前に運ばせないようにプレッシャー

●セカンドＤＦはファーストとの間にボールが通らないように斜めに構える（ダイアゴナルのポジションという）

以上の２点が徹底して改善を行うポイントです。

しかし、現状はファーストＤＦが横から当たりに行ってしまい、セカンドＤＦもダイアゴナルのポジションを取らずにプレーしてしまい、ゴールを守るということに苦戦しています。

ここが改善できればボールを奪う機会が格段に増え、攻撃の回数が増えます。それはすなわち、勝利の可能性が高まるという事です。自分たちが苦しんでいる原因に目を向け、改善に力を注ぎましょう。これが出来るかが大きな鍵となります。

意識しないとできないことではありますが、意識すれ

畠山コーチをサッカーに夢中にしてくれた選手の教え

畠山コーチがなぜみんなに基礎基本を繰り返し伝えるのか。それは中学生時代に出会った一人の選手との出会いがあったからです。

それが、「ドゥンガ選手」。元ブラジル代表、94 年は主将として優勝、94 年は準優勝。96～97 ジュビロ磐田選手[illegible]プレーし、97 年にはＪリーグ年間優勝を果たし、[illegible]を獲得。06 ブラジル代表監督、2014 年監督再就任。そんな経験豊富なドゥンガ選手の言葉です。

多くの人が「そんなことできるわけがない」「無理だ」と言うが、試してもいないのに、なぜそんなことがわかるんだい？勝利を得る方法はたくさんあるが、苦労を伴わない方法なんて、ひとつもない。努力し、戦わなければならない。これは私の経験が下した結論なのだ。

サッカーでは素晴らしい選手ほど極力シンプルなプレーをする。

コーチが中学生の時から大事にしている教えです。基礎練習、反復した練習を面倒くさがらず、直向きに練習していきましょう

選手と保護者から

前回の紹介で、発表しきれていなかった取り組みについての感想です。

コントロール技術を持った１０番　鴨田樹くん

アバンでの活動をスタートしてからサッカーと学校生活の文武両道を目標に過ごしています。報告メールは日々の生活を振り返りながら確認、反省することができます。これからも報告メールを習慣として頑張っていきたいです。

お母さんからコメント

コーチへの報告メールが日課となり、継続しているようです。サッカーと学習の両立の為に、時間と健康（食事、睡眠、休息）の管理に意識が向いていて、実際に実行しています。自分で考えて行動する自主性の成長を、嬉しく思います。今後も、自己制御セルフコントロールしつつ、サッカー・学習を楽しみ生活して欲しいと願っています。

コーチから樹くんへメッセージ

樹くんがアバンに入ってくれて嬉しいです。樹くんのプレーを観て楽しみな選手だったからです。また、チームを強くしていこう！

猛暑対策！～氷の準備必須～

これから夏も本格的な暑さになってきます。一部の情報だと今年の夏は、非常に暑くなるようです。その暑さの中でさらにサッカーをすると、当然のように熱中症が心配されます。そのための予防はもちろんのこと、万がいち熱中症になった際、悪化しないように、涼しい場所で身体を休ませ、冷やす必要が出てきます。以下が対処法です。

①スポーツドリンクなどを飲ませる。ただし冷たい飲み物を一気に飲ませると胃痙攣などを引き起こしてしまうので注意が必要。

②水や氷などで体を冷やす！特に脇の下や股関節付近など「動脈」が集中している所を冷やすと良い。

③日陰（木陰）の風通しが良く涼しいところ移動させ、衣服を緩め

そこで、皆さんへのお願いです。毎回の練習時に持参する飲み物とは別に「ペットボトルに水を入れカチカチに凍らせたもの」を一人一つ準備をお願いします。熱中症までとはいかなくても暑い時に冷やすだけでもシャキッとします。また、持ち帰って冷凍すれば何度でも使えます。こちらとしても氷水の準備はしていますが、各自でも準備していただけると助かります。スポーツ選手ならば、自己管理することが大切ですよね。熱中症は命に関わる症状です。素早く的確に対処するためには皆様のご協力が必要です。