

島根・トップコーチ

(第89号)平成22年10月22日

【発行】 財団法人 島根県体育協会

【担当課】 競技スポーツ課

〒690-0015

島根県松江市上乃木10丁目4番2号

島根県立水泳プール内

TEL 0852(60)5052

<http://www.shimane-sports.or.jp>

【第89号発刊にあたって】

第89号は、この夏の全国高校総体・サッカー競技で、島根県勢として15年ぶりに全国入賞(5位)に輝いた立正大学淞南高校サッカー部監督・南 健司教諭にご登場いただきました。

第70号でもご登場いただき、指導観や情熱の一端を執筆いただきましたので、今号はこの大会に向けての計画・準備・練習・考え方等について、お願いいたしました。

【プロフィール】

昭和61年 大阪市立桜宮高等学校入学

平成元年 日本体育大学入学

平成5年 淞南学園高等学校 赴任

(現立正大学淞南高等学校)

【主な指導実績】

平成8年 島根県高校新人サッカー大会優勝
中国高校サッカー島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権大会出場

平成11年 島根県高校新人サッカー大会優勝
全国高校総体島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権大会出場

平成12年 全国高校サッカー選手権島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権大会出場

平成13年 島根県高校新人サッカー大会優勝
中国高校サッカー島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権大会出場

平成14年 島根県高校新人サッカー大会優勝
全国高校サッカー選手権島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権大会出場

平成15年 全国高校サッカー選手権島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権大会ベスト16

平成16年 中国高校サッカー島根県大会優勝
全国高校総体島根県大会優勝

平成17年 島根県高校新人サッカー大会優勝
全国高校サッカー選手権島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権大会ベスト16

平成18年 島根県高校新人サッカー大会優勝
全国高校サッカー選手権島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権大会出場

平成19年 島根県高校新人サッカー大会優勝
中国高校サッカー島根県大会優勝

平成20年 全国高校総体島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権大会ベスト16

平成21年 島根県高校新人サッカー大会優勝
全国高校総体島根県大会優勝
奈良インターハイベスト16

全国高校サッカー選手権島根県大会優勝
全国高校サッカー選手権出場

平成22年 島根県高校新人サッカー大会優勝
中国高校サッカー選手権大会優勝
全国高校総体島根県大会優勝
沖縄インターハイベスト8
高円宮杯全日本ユースサッカー選手権大会ベスト16

平成14年 神山 竜一 Jリーグ アビスパ福岡 入団

平成15年 柳楽 智和 Jリーグ アビスパ福岡 入団

平成16年 田中 康啓 Jリーグ 京都サンガ 入団

平成20年 船津 徹也 Jリーグ カターレ富山 入団

平成21年 平野 甲斐 Jリーグ カターレ富山 入団

平成22年 金園 英学 Jリーグ ジュビロ磐田 内定

平成13年 神山 竜一 U-18日本代表候補 選出

平成15年 柳楽 智和 U-19日本代表 選出
日本高校選抜 選出

平成17年 日本代表としてU-20
ワールドカップ出場ベスト16

『全国高校総体 5 位入賞を果たして』

立正大湊南高等学校

教諭 南 健 司

私達が指導している高校生年代では、「強化」と「育成」という二つの命題を持っています。

現在、立正大学湊南高校は100名を超える部員を有しております。彼ら一人ひとりに細かな指導をしてもらっている、スタッフの情熱もベスト8の原動力になった事は間違いありません。

豊富な経験と実績を持つ野尻先生、海外での研修経験を何度もこなしている吉岡先生、OBであり後輩のために24時間全てを湊南サッカー部に注いでくれる門岩先生。彼らスタッフと共に技術、戦術、体力、精神力を育てています。

次にこの夏までのトレーニングプランについてです。

2月の新人戦優勝後、前期の目標をインターハイベスト8以上に設定し、2月の3週目から1週間ごとのトレーニングプログラムを15週間分作成しました。個人からグループへと段階を踏んで、技術、戦術、体力共に実施し、1週間ごとに修正と改善を徹底して繰り返しました。その中でも、本校フィジカルトレーナーの末広氏による、最高到達点向上のジャンプトレーニングはもの凄い効果があり、身長の高い今年度のチームにおいてヘディングが飛躍的に強くなり、その結果比較的楽にインターハイの出場権を獲得しました。

得点について

今大会本校は、1回戦4得点、2回戦4得点、3回戦2得点、準々決勝2得点、計12得点を挙げました。昨年度から毎年掲載される科学研究レポートによる「得点場面について」の分析結果による「得点に至るプレーの種類」「得点の状況とボールの状況の関係」「得点の状況と用い

た技術の関係」「得点の状況とシュート体勢の関係」「シュート体勢と用いた技術の関係」と大きく分けると「得点に至るプレー」と「得点時の動作、体勢、技術とボールの状況」に分かれた分析結果で2つの現象に気が付き、他のスタッフと過去のワールドカップ、ヨーロッパ選手権、セリエAの得点シーンのDVDをレンタルビデオ店で借り確認し、2つの現象と3つの原則が得点の方法にある事に気が付き、昨年からの練習では徹底してきました。また今年のワールドカップでもこの2つの現象ははっきり証明され、生徒もより一層自分達で意識しトレーニングに励むようになり、それが今大会での得点に繋がりました。

臨機応変のゲーム構成

インターハイ予選終了後の中国大会に島根県勢として初優勝し、ある程度手応えを掴んだ矢先にエースでセントラルミッドフィールダーの徳永が骨折し、インターハイ本戦に間に合わない事が分かりました。中国プリンスリーグなどの強行なスケジュールの中、心配が多かった事は無論ですが、大会前のチーム状態は惨憺たるものでした。しかし、徳永の代わりにポジションを変えた選手が新しいポジションで、新しい能力を見出した事で大会直前の練習試合、大津高校、帝京高校戦で目途が立ちました。徳永が出場出来なくなった事でミーティングにミーティングを重ねチーム戦術の徹底を図り、チームスタイルを崩さずに戦う事を一貫指導し、各自の役割分担を明確にし、最終調整に臨みました。

私は、チームのシステムをたびたび変えて練習試合を重ねています。あるシステムでメンバーが怪我で出場出来ない時、勝っている時、負けている時、残り5分の時、その時々テーマにもよりますが、トーナメント戦の中で活かす事が出来るようトレーニング、試合をします。同じ様にメンバーも余程の事がない限り固定せず、色々なポジションを経験させている為、故

障している選手や、疲労の度合いの強い選手は無理して使わなくてもチーム力をあまり変えずに戦える準備をしていた事が徳永の離脱を埋めた理由だと思っています。

体調管理

インターハイは選手権と違い毎年違う都道府県で開催される為、体調管理にはかなりの神経を使い準備します。「起床時の気温」「試合開始時の気温」「就寝時の気温」と3パターンを調べ、選手に伝え服装を指示しました。また、今回の沖縄県で沖縄県民以外の方が、熟睡する方法を事前に聞いていたので、選手に徹底させていた事が、今大会全試合ベストコンディションで臨めた一つの理由でした。

ベスト8までの道程

インターハイですが、1回戦は滋賀県代表の草津東とでした。チームの初戦は気を使います。入念なスカウティングのもとミーティングにおいて、スカウティングレポートを作成し選手に自信を持たせてピッチに送り出す事を考えました。

開始7分にあっさり先制されましたが、選手もベンチも全く慌てる事なく4対2で2回戦に駒を進めました。

2回戦の群馬県代表の伊勢崎商業は4 - 4 - 2の中盤がボックスタイプで両サイドがオーバーラップ駆けてくるという点で本校の中盤がダイヤモンド型なので、守備の時は両サイド中盤が少し絞って、3ボランチ気味にし、相手のダブルオフensiveハーフを挟み込む形にする事を心掛けるのと同時に、オーバーラップをしてくる相手サイドバックに対しての対応をどうするかを、ミーティングで徹底しました。後、相手のエース10番のボールキープ、ボールタッチの方法が事前に分かっており、4対0である

程度楽に勝つ事が出来ました。

3回戦は香川県代表の香川西に2対0で勝利しました。

準々決勝は千葉県代表の市立船橋とでした。過去冬の全国高校サッカー選手権大会、インターハイ共に幾度と優勝経験のある名門高校であり、私が大学生時代3回練習を観に行った、目標にしていたチームとの対戦。この試合では、今年のチームの良い面、悪い面がはっきりと出ました。

守備での1対1の距離がバイタルエリアに入った時、間合いが広い事が本校の守備面での課題でした。常日頃から「その間合いだと全国トップクラスのFWはシュートをしてくる、オン・ザ・ターゲットは高い」と指導していましたが、まさに前半2分、7分、22分にミドルシュートを3本打たれ、3本共決められました。後、高さに対応する能力です。ヘディングの強さは全国でも上のレベルにはあると思いますが、トップではない事。また、今年の先発メンバーの平均身長はインターハイ出場55校の中でも1番小さく、11人中7人が160センチ台でさすがに190センチ近い選手が3人、180センチ以上が5人いるチームにロングボールで攻撃されると、どうしようもなかった所がありました。

良い面としては、今年のチームは全員テクニックとスピードがある所です。前半終了前にFW池田が素晴らしいトラップから40メートルを独走しドリブルシュートを決め1対3で前半終了。後半に入り、得意のセットプレーから得点し、2 - 3と追い上げる。その後もバイタルエリアに侵入する3パターンのパスがよりスムーズに入る様になり、後半は圧倒する事が出来ましたが、あと1点届かず、ベスト8で夏が終わりました。

夢を追いかける

友人と話をしている、「政治にしる、経済にしる、夢って今あるか？」と、投げやりに友人は言った時、その意見は一理あると思いつつ、改めて考えてみるとサッカーを含めたスポーツの世界には夢がまだまだあると思いました。確かに最近の子供達は夢を追いかける意識が弱くなってきていると思います。その中でも本校サッカー一部生徒は、全国大会に出場する為に、全国大会で活躍する夢を持ち入学し、努力してくれている事は素晴らしい勇気だと感心しています。そういった中、私はいかに生徒達に夢を与える事が出来るかは大事な仕事だと思っています。自分が出来る事は何か。私自身大した指導が出来ない分、夢を見れるような「キッカケ」をどれだけ作ってあげられるかだと思っています。その為には、生徒達の視野、世界観を広げられる様なさまざまな経験を積ませてあげる事だと思っています。

高校スポーツでなら県外遠征は多くの貴重な「キッカケ」を得れる場だろうと思っています。そういった意味でも日本の教育界での高校スポーツは、夢を与える最先端を走っている様に思います。

ワールドカップ4大会連続出場の日本代表も世界の強豪国相手に感動的な戦いをし「自分もあのピッチに立ちたい」という子供達が増えただろうし、その思いの数がサッカーのレベルアップに引き上げてくれるのが良い例だと思います。

私自身いつか国立で戦ってみたいという夢を抱きながら指導を続け「夢は実現する」という言葉を実感したいと思っています。

このトップコーチの原稿で平成22年の前期を形にすることにより、書けない事も沢山ありますが、振り返り、整理し、見つめ直す素晴らしい「キッカケ」をもらったことに感謝し、一人のサッカー人として、より一層夢の深さを追及していきたいと思っています。

今月のことば

光った少年の活躍

第65回国民体育大会(千葉)は県選手団の素晴らしい活躍で、724点を獲得。順位は昨年と同じ42位だったが、新しい得点制度になって最高の得点を獲得した。

昨年の大幅な得点アップを更に越えた今年の活躍は、各競技団体や指導者が培ってきた土壌に芽が出つつあることを実感するものだった。

特に少年が過去5年間で最高の得点を獲得したことは、島根が競技力向上の最重要課題として取り組んでいる中高生の強化が実りつつあることを意味する。

このことは、夏の全国高校総体でも入賞数が10(昨年6)、全国中学校体育大会でも入賞数が20(昨年5)を数えたことにも伺うことができるし、入賞には至らなかったものの後一步という競技も沢山あった。

強化対策の成果は3年、5年、10年と長い時間が必要だが、各競技団体・学校関係者の更なる連携と意欲に期待したい。

競技力向上統括アドバイザー

荊尾 俊