

島根・トップコーチ

(第70号)平成21年3月12日

【発行】 財団法人 島根県体育協会

【担当課】 競技スポーツ課

〒690-0016

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70号発刊にあたって】

第70号は、島根高校サッカー界のホープ・南 健司 監督(立正大学淞南高校)にご登場いただきました。

平成5年に赴任以来、全国大会出場12回を数え、数々の名選手を育成され活躍中です。競争の激しい日本のサッカー界で、強豪校の一角を狙って日夜猛練習が続いていますが、情熱の一端を語っていただきました。

【プロフィール】

平成元年 大阪市立桜宮高等学校卒業

平成5年 日本体育大学卒業

平成5年 淞南学園(現立正大学淞南高等学校赴任)

【主な指導実績】

平成8年 第75回全国高校サッカー選手権大会出場

平成11年 岩手インターハイ出場

第78回全国高校サッカー選手権大会出場

平成12年 第79回全国高校サッカー選手権大会出場

平成13年 神山竜一 U 18日本代表候補選出

第80回全国高校サッカー選手権大会出場

平成14年 第81回全国高校サッカー選手権大会出場

神山竜一 Jリーグ アビスパ福岡入団

平成15年 第82回全国高校サッカー選手権大会出場 ベスト16

柳楽智和 U 19日本代表選出
日本高校選抜選出

Jリーグ アビスパ福岡入団

平成16年 中国04総体出場

田中康啓 Jリーグ 京都サンガ入団

平成17年 第84回全国高校サッカー選手権大会出場 ベスト16

柳楽智和 日本代表としてU-20世界選抜出場 ベスト16

平成18年 第85回全国高校サッカー選手権大会出場

平成20年 埼玉インターハイ出場

第87回全国高校サッカー選手権大会出場

船津徹也 Jリーグ カターレ富山入団

『 サッカー^{みらいびと}未来人 』

立正大学淞南高校サッカー部
監督 南 健司

これまで色々な先生方のトップコーチを読ませて頂き、たくさんの勉強をさせて頂きました。

私の様なまだ全国レベルで何の実績もない者が、原稿を書いても何の参考にもならないと思いますし、まず私で良いのかと思いましたが、自分自身を見直すきっかけとなればと思ってお受けしました。

中学校入学式の時に担任の片岡司郎先生(サッカー部顧問)に職員室に呼ばれ、突然「サッカーをきなさい。そして将来、体育の先生になりなさい」と、始めて会った日に言われ、中学生にして指導者というものを意識し始め、中学1年生冬には全国高校サッカー選手権大会に監督として出場したい。中学3年生の冬には、選手には黄色のユニホームを着せて出場したい。そんな夢から全ては始まりました。

【アルゼンチン短期研修】

私は、高校3年間、大学4年間、自分で学んだことを確認する為に35日間という短い期間でしたが、アルゼンチンに研修に行きました。

航空チケット、ホームステイ先、受け入れチームと自分自身で探さないと意味がないと考え、

2ヶ月後の出発を目標に計画を立てました。

ビックリするくらい、あっさりが見つかり、アルゼンチン1部リーグのエステディアンテスとヒムナシアの2チームが受け入れてくれることになり、出発の日を向かえました。

今思うと、英語もろくに話せないうえ、アルゼンチンの母国語のスペイン語など全くわかりもしない状況で、どの様に考えていたかは覚えてもいませんが、「全てを見たい」「確認したい」という思いが強かったのだけを覚えています。

飛行機は2回の乗り換えで、途中マイアミからブレノスアイレスまでの間、機内はスペイン語になり機内食も何が食べたいのか、メニューも読めずうまく伝える事が出来ずジンジャールだけが伝わり、そればかり飲んでいました。36時間かかりアルゼンチンにつきラプラタ州に住んでおられる和後さんという日系の方の家でホームステイすることになりました。

アルゼンチンは13歳から18歳まで各年代を1歳ごとに分け、トレーニングを行い18歳以上になるとプロもしくは20歳までの間はプロ予備軍としてトレーニングを行っていました。

朝からトレーニングの見学、トレーニング後は和後さんの通訳でコーチに質問する事が出来ました。そしてもう一つ、せっかくアルゼンチンまで来たのだからということで、練習生として18歳以上プロ予備軍のカテゴリーに入って練習参加することが出来ました。トレーニングを見学、参加することにより日本と同じ部分、全く違う部分がありました。

まず日本と世界ランキング上位のアルゼンチンの練習内容は同じなうえ、アルゼンチンの方が単純な練習を繰り返して行っていました。

例えば、日本ではよく見かける2人組でのインサイドボレーの基本練習。このやり方は日本では10本交代や10本1セットのところ、アルゼンチンでは100本交代100本1セットで行われていました。とりあえず、練習の本数が日本の常識の約10倍でした。

技術(テクニック)というものは、やはり長い時間をかけ地道に丁寧にやるしかない。なぜ日本人と体格の変わらないアルゼンチン人が個人的にも世界で活躍し、国としても世界で結果を残しているのかというと、技術(テクニック)があるからです。その技術を身につけるには、近道はなく魔法の練習などもなく、ただ時間をかけていただけでした。

日本は複雑な練習で大雑把な指導、アルゼンチンは単純な練習で細かい指導がなされていました。選手はすごく単純な練習に手を抜くこと

もなく集中して行っていました。このことをコーチに「なぜ単純な練習にあんなに集中しているのか？」と質問したところ返事は返ってきませんでした。私の質問の意味が分からなかったようです。つまり集中しているのが当たり前で、集中していないことがありえない環境が日本との大きな違いと感じました。

後、試合でビックゲーム以外は朝から13歳、14歳、15歳と続き最後にプロ同士と、朝から1日中同じユニホームの両チームが年齢の低い順番で行われ、1日中サッカー場において楽しみました。

試合を見ると、各チーム、チームコンセプトを持っており、「こんなチームを作る」「こんなゲームをする」「こんなチーム練習をしている」と試合を見ると各チームが何を指してどのような取り組みをしているかが分かるのもすごいと思いました。

また、各年代とも勝利への執念は凄まじく、サッカーには「勝つ、負ける」しかない「勝つためには何でもする」というのが伝わってきました。日本の学校体育の部活では考えられないし、どうかと思う部分もありましたが、日本のスポーツ界に1番足りない部分がかっきり試合を見ていると分かりました。

後、「このトレーニングにはどのような意味があるのですか？」という質問に対し、どの年代のコーチも「良いプレーをするため」「勝つため」といったように、勝利主義でトレーニングしないと選手は育たない。勝利主義とは、目先の勝利ではなく、目標にしている大会、試合に対してだというようなことをどの年代のコーチの方も言っていました。

また、日本と決定的に違う部分でサッカーが好きとか、ボールを蹴るのが好き、スポーツをするのが好きという感覚はないという事も聞きました。

彼らは家を建てる手段で13歳から職業としてサッカーを行っており、その為、基本練習、走力トレーニング、チーム戦術練習も手を抜くことは全くなく、むしろ喜んで厳しいトレーニングに臨んでいました。

日本ではよく指導者に「走らされた」と表現しますが、アルゼンチンでは走力トレーニングをしてもらったという表現をします。

「これでは日本のスポーツは追いつかない」と思いプロ化が代表の一番の強化になることも分かりました。

私はこのアルゼンチン短期研修で、「基本技術の重要性」「木目細かい指導の重要性」「自主性

の重要性」「実践的な練習の重要性」「練習メニューの単純化」「勝つためのトレーニング」「勝つためから逆算したトレーニングの重要性」を学びました。

35日間という短い期間でしたが、基本的な発想は間違っていない(アルゼンチンに近い?)と感じ、チームメイトに「ボルベールハポン!!」と挨拶をし、帰国し大学を卒業しました。

この経験を生かし、浜南サッカー部は4種類の練習と1つのコンセプトしかありません。アルゼンチンで学んだ単純な練習で木目細かい指導を心掛けています。これから先4種類しかない練習は、ほぼ変わらないと思います。

【見て聞くことからの発見】

私は、少なくとも島根県のサッカーにおける指導者の中では、一番サッカーの試合と他の種目の試合を見ていると思います。私が大学生の時は、まだ日本のサッカーはプロ化されておらず、日本リーグ1部2部を始め多くの試合を見るため会場に足を運びました。当時の読売クラブ(現東京ヴェルディ)には、静岡の名門高校を中退しブラジルへサッカー留学していた三浦知良選手が帰国したこともあり、私は時間の許す限り、読売クラブの練習場へ見学に行きました。

今テレビなどで世界のサッカーを見ていて私が思うに、世界最高峰はスペインリーグだと思います。しかし、私がよく見るのはイングランドプレミアリーグが再放送され続けているヨーロッパチャンピオンズリーグです。生徒が毎日2~3時間練習しているように、私もスペインリーグ、プレミアリーグ、ヨーロッパチャンピオンズリーグのどれかを毎日必ず見るようにしています。見ているだけですが、そこには必ず色々な発見があります。どのスポーツもそうですが「絶対に変わらない部分」と「進化している部分」があると思います。その進化している部分から遅れを取らないことを常に心掛けるようにしています。世界のサッカーは進化し、戦術的には極端なルール変更がない限り、全て出尽くした感があります。これからはベーシックな部分の進化がサッカーの進化だと考えていますし、生徒にもGKはヒルデブラントの安定感、ジダのスーパーセーブ、DFにはウェイン・ブリッジやチャゴ・シウバの速さと強さ、MFにはディアラやリベリーの走力とダイナミックさ、FWにはファンベルシーやトニのような爆発力などを常に映像を見せ意識させています。

本年度、本校サッカー部が全国大会1回戦で勝利を決定付ける2点目のコーナーキックからのトリックプレーは、3年前に広島ビッグアーチ横の人工芝で見たホッケーの試合をヒントに作りしました。

1対0、2対0で勝っているときの試合の運び方は、徳島県で見たルールを理解していない小学生の何気ない仕草から思いつき、まだ使っていませんが、負けているときのコーナーキックやフリーキックは、松江地区中学校の新人戦で指導者の指示の意味が理解できていない生徒がとった行動で思いつきました。色々なところで今までたくさんの発見をしたため、なるべく時間の許す限り色々なところに足を運ぶようにしています。

私は見ることも好きだし、話を聞くことも大好きです。例えば、子どもが大好きな車や電車に恐ろしく詳しくなったりするように、私はJリーガーの出身高校(クラブユースは別)がほぼ分かります。ですから、練習試合や大会などでお会いした先生のチームからプロが出たりするとすぐ質問に行きます。中学生の時はどうだったか、高1の時その選手がどのように過ごしていたのか、いつプロになることを確認したか、どんな子だったか、学力はどうだったかなどの質問は必ずするようにしています。そこには絶対参考になることがありますし、選手の強化にプラスになります。また、全国で実績を残しているチームの先生にお会いした時も話を聞きに行きます。また大学と試合をしたときには、その学生にそのプレーはどの年代で何を身についたのか、高校時代に一番きつかった練習は何かと、学生にも質問に行き話を聞きに行きます。大学生の声は、本当に「生」の声のためこれは大変勉強になります。顔を見たとき「あの子は 高校出身の子だ」と分かるので「君は 高校にいた 君だよ」と話しかけるので気分良く色々教えてくれます。選手を覚えているのは、私の一番のストロングポイントだと思います。

【卒業生の活躍】

全国上位の結果は残せていませんが、卒業生はその先の進路で活躍してくれています。プロではカメルーンリーグで活躍している直川公俊(平成13年卒)、アビスパ福岡で活躍している神山竜一(平成14年卒)と柳楽智和(平成15年卒)、京都パープルサンガの田中康啓(平成16年卒)、カターレ富山の船津徹也(平成17年卒)、大学生では、今年度関西学生リーグ得点

王、アシスト王、新人賞、優秀選手と全て本校の卒業生だったのは、在校生にとっても私にとっても励みになり、目標になっています。大学の先生方や、Jリーグ関係の方が「瀨南は卒業した後も、いわゆる燃え尽き症候群になっていないし、それどころかまだまだ伸びしろがある」とうれい声をかけてくれます。また今年の3年生もですが、試合に出場していない、メンバーにも入れなかった生徒も「大学でサッカーをしたいのですが、どこかないですか」と相談を受け大学を探す大変さはありますが、試合に出てなくてもサッカーをまだまだ本気でやりたくてと言ってくれる生徒に、自分のやり方が間違っていないのかなあと少しは救われた気分になります。やらされている感が少ないため、先でももっと厳しい世界でやりたくと思う練習をしているところに、3年生の冬の選手権大会での本校サッカー部の強さがあると思います。結局は、毎日の練習が精神的に自主的に行われているところが、生徒が伸びる一番の要因だと思いますし、その雰囲気を決して甘やかすことのないよう作ることが一番大事だと私は思います。

【本校サッカー部唯一の 全国トップレベルなこと】

本校サッカー部が唯一全国トップレベルなのは、コーチの2人です。野尻先生、吉岡先生は指導者としての能力は全国でもトップレベルにあると私自身は感じますし、全国色々な有名校の先生方からも「コーチを1人うちにほしい」とよく言われます。2人とも私と違って、まず社会的にもバランスのとれた人物であり、サッカー選手としての力もあり、さらには細かい指導が出来ます。本校サッカー部は、毎日の練習を2チームか3チームに分けて行っていますが、私たち3人の誰がどのチームを見るとは分けはけません。3人で全員を見ています。私は2人を見ていても勉強になる部分がものすごくあり、そして本当に助かっています。もし本校の練習を見学に来られる機会がありましたら2人のコーチに注目してください。日本トップレベルの指導者です。もちろんサッカーの指導以外の部分も素晴らしい2人なのです。

【終わりに】

何が言いたいのか、何を毎日しているのかがよく分からない文章になってしまいましたが、私はこれといった指導法も理念もあるのかないのかよく分かりません。試合中の世間一般で言う「ゲームの流れ」もよく分かりません。ハー

フタイムも作戦盤などを使って後半の戦い方など全く説明出来ずに「1年間やってきたことをやろう」と誰でも言えるような指示しか出来ません。これからもっとたくさんの試合を見学し、色々な方の話を聞き成長していきたいと思いません。

今月のことば

感性を磨こう

以前にNHKが、ある名医を取り上げた「プロジェクトX」という番組のなかで、「如何に多くの失敗や成功の臨床例を持つか」「如何に果敢に挑み学ぶか」による経験が感性を磨き、名医を生む・・・という番組の内容が脳裏に残っていました。

ところが、2月の「島根トップコーチ養成ゼミ」でご講演いただいた、壬生義文先生（元岡谷工高バレーボール監督）も成功の要因として、「高い世界を求めて失敗を繰り返しているうちに、高いレベルの刺激に応ずる感性が磨かれたのではないか」という同様のことを話されました。

壬生先生のような、全国制覇8回・準優勝6回・3位7回の実績を誇る一流のトップコーチでも、若い頃にはなかなか実績が出ず苦しめたようですが、40代になって一気に日本のトップコーチの道を歩まれました。

どんな世界においても、すぐには成果が表れないようですが、諦めることなく、高いものを求め、失敗や成功の実践を積み重ね、感性を磨くことが成功への道のようなのです。

刺激に乏しい島根にあっては、自らのモチベーションを高めることに厳しい環境ですが、環境に負けることなく、諦めることなく、常に一流の人や物に接し、一流を欲する心や感性を磨いて頂きたいと願っています。

狭い所では、狭い所での感性しか磨かれませんが、井の中の蛙にならぬよう、大きな世界へ出て、大きな刺激と感性を磨いて頂きたいものです。

競技力向上統括アドバイザー
荊尾俊