

### 第3回研修 「選手からコーチへ」

日時 2003年2月9日(日) 9:00~10:30

場所 市民活動サポートセンター 研修室1 (仙台市青葉区本町)

講師 (株)東北ハンドレッド 山路 嘉人 氏

受講者 20名



### 【コーチの資質とは】

プレーをしていた頃は、グラウンド・用具も用意されて、何不自由なく全精力をかけてやっていたが、コーチになって環境は 180 度一変しました。グラウンドや用具の整備・事務的なこと全ての手配をしなければならなくなったのです。ベガルタ仙台が所有しているグラウンドはひとつもないために、育成部として宮城大学や野村の多目的グラウンドをその都度借りるといふジプシー生活をしています。練習前にも、当日の練習メニューやスケジュール管理等の事務的な仕事をこなすため、朝 9.10 時に練習場へ寄ってデスクワークをして、その後 3 時に練習開始する古川スクールへと向かいます。こうした仕事には大学卒業後東芝の本社で 3 年間、事務の経験が役に立ちました。

子どもに指導する上で、どのようにして技術を習得させるか、を考えました。プロ選手の言葉は、子どもにとって新鮮だし、なかなか聞けない体験です。ですから、最初は自分のプレーを見せて体感して貰うよう、このようなプレーをするんだよと見せていました。しかしそれには限界があって、子どもは基礎づくりの途中なのにいきなり上のレベルのプレーを望んでしまうのです。そうすると、プレーはめちゃくちゃになってしまいます。インサイドキックができないという時、なぜできないのか、一つ前に戻って指導するようにしました。それができないのなら、一つ前に戻って指導する。それが大事なことだとわかったのです。当初はスクール生は別にして、高校生にはこれができないのか、あれができないのか、と思いましたが、できないのが当たり前であって、何でできないのかを追求していくのがコーチだし、答えは出さずに導き出してあげるのがコーチだと思いました(これはとても難しいことだが)。

選手からあがってコーチになっている人が結構います。選手と同様、コーチの育成も重要になってきています。コーチとしての経験が少ないのは、それまで現役選手であればやむを得ないことであり、長期的視野に立ってコーチとしての資質があるかどうかを見ていただきたいと思います。コーチに必要な資質とは、オープンマインド、誠実さ、忍耐、選手を鼓舞する力、論理的分析的思考、そういうのを経験を通じて見てほしいのです。

### 【サッカースクール(幼児・小学生)の立ち上げ】

現在、サッカースクールは、幼稚園児・小学生を対象に 4 校、泉 450 名・古川 150 名・太白 200 名・石巻 60 名計 860 名が在籍しています。(2003 年 2 月段階)私は古川スクールを担当し、13 年度の立ち上げ当初は 42 人でした。何をどうしていいかわからない状態でのスタートで、まずは人数が絶対的に足りませんでした。人数を増やすことがなかなか難しく、初めに行った活動は、広報をかけた後、古川第 1～第 5 小学校に行き子どもたちに直接チラシを何千枚も配りました。地域のサッカー協会にも行ってお願いしたり、ある時は幼稚園の運動会にドゥバイツを連れて行きました。その幼稚園にはスクール生が 6 人いたので、3.3 に分かれて、運動会の昼休みにサッカーをやってみせました。またある時はフットサル大会に合わせて、その時だけのチームを作って参加して、サッカーの大会があるということを知らせていきました。市政だより等にも数回載せてもらったりして、1 年で 90 名強になりました。14 年度始めはひと月に 10 名ずつ増えて、100 名を越えてスタートすることになりました。その後ワールドカップ、ベガルタの J1 昇格効果があって、150 名強にふくれあがりました。一番は現場での評判がすごく大切でした。現場でいい指導・いい雰囲気を作れなかったら、保護者の評判が悪くなるので、人数の増加にもつながらない。それにはコーチとしての勉強、資質が必要になってくる。指導する上でこれでもいいんだ、ということは 100%あり得ないので、日々努力が必要と思いました。

幼稚園児にはサッカーというよりはボール遊びから入りました。外遊びする子が少なくなっているの、鬼ごっこなどを幼稚園からやっていきたいということもありました。

子どもたちに達成感を与えるような指導、例えばリフティングを1回、モモで上げて手でキャッチするような、すぐできるような練習方法を考えました。小学生は全学年試合をさせて、サッカーをするんだという充実感のある練習をしました。1~3年生には、インサイドとはこういうもの、インステップとはこういうもの、というような指導をだんだん取り入れて、サッカーを教えていったのです。この年代は、一人一人教えていても、なかなか集中が続かない子どもがかなり多かったのですが、徹底して指導すると、30分の指導でインサイドステップが自然にできるようになりました。高学年の10~12歳というのは、技術を習得するのにもっとも適している、サッカー業界ではゴールデンエイジといって、即座に習得できる年代といわれているのです。大人が100回やってやっとできることをこの年代の子どもは2.3回で覚えてしまいます。徹底して良い習慣を覚えさせるようにしました。

また、古川スクールだと学校開放の体育館やグラウンドでやらざるを得なかったのが、泉スクールのようにシェルコム仙台という恵まれた環境があるのと比較すると、子どものモチベーションを同じ位にするにはどうしたらいいか考えました。子どもが体育館に入る前に、サッカーの音楽をかけたり、高学年は年間ポイント制にして、ポイントが高ければ景品(選手の愛用品)をプレゼントするなどして、目標を与えるように設定しました。最初5.6年生は9名で、それからまるっきり増えなくていろいろ試行錯誤し、その結果Sクラスでは現在は27名になりました。サッカースクールから若干名ジュニアユースにもあがるのですが、一昨年1名、今回も1名あがる予定になっています。子どももそういう目標があると意気込みが違います。古川にも良い子がいっぱいいるので、期待しています。

#### 【スクール指導の難しさ】

スクール生全員がジュニアユースにあがれるわけではなく、せいぜい20名程度。それで漏れた子どもたちをどうするか、というのが課題です。中学生・3種の年代でもスクールを立ち上げたらどうかとも思います。チーム登録するかどうかは別にして、上限なしで入れるスクールを作るのも、こうした受け皿として必要ではないかと今検討しています。子どもがいつどこで伸びるかはそれぞれ違うので、スクール段階では判断しづらく、また、小学生年代ではチームを持たないとうたっていますが、ベガルタ仙台小学生の部としてチーム活動するのも一つの手ではないかとも思います。スクールの子どもをそのままジュニアユースで育てられたら、どんなに良い選手になるだろう、と思う時もあります。結局そういう子は近くのスポ少に行ってから、ベガルタの指導とは違うといわれることがあるらしく、これでは問題があります。スクール生はベガルタが好きという子どももいますが、そうではない子どももいます。そういう時は必然的にやめていくのですが、せっかくサッカーがおもしろくなってきたのに、せっかくクラブに通えるようになったのにやめる、という子どもをどういう風にして持続させるかを考えたいところです。例えば一人一人にベガルタの会員カードを持たせ、番号制にしてベガルタへの帰属意識を持たせる、というのが効果があるのではないのでしょうか。今の子どもはカード集めが好きなので、僕はこういうカードを持ってるんだという優越感に浸るところもあるのではと思うのです。他のクラブでやっている方法として、夏休みに大きいイベントを行った方がいいのではないのでしょうか。これはまるっきりサッカーをやらずに親睦を深めるというものです。また3日間集中スクールをやって、普段伝えられないことを教えるのもあります。実現可能な案としては、スクール対抗戦というのをやったらおもしろいんじゃないかとも思います。地区対抗ではなくて、一つのチームを分けてやってみたらどうでしょうか。去年古川スクールだけでやってみたら、すごく盛り上がり、こういうのは大切と思いました。

#### 【ユース(高校生)、ジュニアユース(中学生)育成】

ユースはトミアッティ監督以下私、中村伸、ジュニアユースは育英学園の監督をしてい

た松山、2年生が井上、1年生が千葉となります。毎日ミーティングをするようになって、良い方向に向かっているのは確かです。ただスタッフが変わったからといって子どもは一気に変わらないので、長期的に見ていきたいと思います。現在中2にU-12日本代表の子どもが二人いますが、今後どうなるのか興味があるし、彼らのプレーを見たチームメイトはどうなるか楽しみです。新高3は全体的に見ればすごく頑張る子どもたちなんですけど、毎年毎年コーチが変わって、私は彼らにとっては6人目のコーチということで、これはトップでも考えられない体制になっています。だがプロを目指す選手たちは一生懸命で、こちらの指導を素直に聞いてくれるのが救いです。新高2やジュニアユースはほとんど変わっていないのである程度期待できるのではと思います。従来はセレクションを11月末に行っていますが、この時期は中体連など大きな大会が終わって3ヶ月以上もたっています。コンディションが悪い状態と考えると、時期が遅すぎるのではないかと思いました。遅くとも9月位の実施が必要ではないでしょうか。セレクションの日程の情報が行き届かないこともあり、トップの試合の時に仙台スタジアムのビジョンを使って告知をする方法も手ではないでしょうか。

#### 【トップとの練習ゲームのこと】

トップチームと練習試合を行いました。スコアはおそらく開くだろうとは思っていましたが、案の定8:0で負けました。私が選手の時ユースとやって感じたのは、1点でも失点をさせまいと、プレッシャーにこない、全然動こうとしない、ということ。そういうのはやめよう、自分たちのサッカーをしよう、前からボールをとりに行こう、積極的にゴールを目指そう、ということを事前に選手たちに話しました。彼らは前からプレッシャーをかけにいったので、コテンパンにやられましたけど、内容としては今現在の力からすれば100%出せていたと思います。高校生らしく精一杯グラウンドを走り回ることができたし、チャンスも少ないが作ることができました。選手にとって得たものは多いと思います。来週JビレッジでU-18クラブチーム東北予選があるので、これに向けて練習しています。11日モンティディオ山形ユース、15日FCみやぎバルセロナ、16日FC塩竈ユース、もし時間があればベガルタのフラッグを持った方が一人位いれば、子どもたちはすごく勇気づけられると思うので、時間がある方は応援をよろしくお願いします。

#### 【監督考】

6.7人の監督の下で選手をしてきたことが、コーチとして良い経験になっています。監督によって試合・ミーティングなど一つ一つ違い、良いところを盗んで、悪いところを省いてやる事ができています。清水監督のやり方はインパクトが強く、ミーティングの雰囲気づくりが上手です。白板を前にしてミーティングを行う時、FWはこれを気をつける、DFはこれを気をつけるとそれだけ。印象づける言葉だけでそんなに多くは言わないのです。また、スタジアムに向かう前も選手を鼓舞させ、試合前もそうです。鼓舞させてピッチに送り出す。ハーフタイムもどこが悪いのか瞬時に判断し、そこで改善して後半に向かわせます。指示の仕方は、2.3分呼吸を整える時間をとって、修正点を長くならないように、ポイントポイントで言う。10分間にそれだけやって選手を送り出す。すごいなと選手の時から感じていました。現在C級のコーチのライセンスを受けにしています。指導にマニュアルはないけれど、清水監督はしっかりやってたんだなと感心しました。やはりキャリアが違うと思うし、それが自分にとって良い財産というか、目標になっています。

(文責・小野枝美子)