



千葉県サッカー協会技術委員会 3種育成部会活動計画

トレセンのビジョン（JFA）

【JFAトレセン創設の目的】

日本サッカーの強化、発展のため、
将来日本代表選手となる優秀な素材を発掘し、
良い環境、良い指導を与えること。

【JFAトレセンの目標】

「個」を高めること
レベルの高い者同士が互いに刺激となる状況をつくること
（天井効果の排除）

関東トレセンのコンセプト

17歳でプロデビュー、プレミア・プリンスリーグで
中心選手として活躍する選手の輩出

「いつでも、どこでも、誰とでも」

⇒ そのためには 3 / 4 種年代で、どんなことを身につけておかなければならないか？

⇒ 「個の育成」とはどんなことを育成するのか？

トレセンのビジョン (CFA)

【CFAトレセンの目標】

千葉県からプロ・日本代表を輩出するためにタレントを発掘し、必要な刺激を与えること

【CFAトレセンのコンセプト】

目標を達成するために千葉県のトレセンをこのような場にしたい

- ①基準を知り、⇒ **どんな基準？** ②原則を学び、⇒ **目的、原則、基本戦術を学ぶ**
- ③チームを越えて高めあう場⇒ **非日常の体験から日常を改善する**

日本サッカーが目指す選手像

Jリーグの発展、代表チームの活躍の中でたくさんの優れた選手たちが活躍し、現在ではほとんどの代表選手がヨーロッパのクラブで活躍するまでになりました。そして日本サッカーの弱点と言われていたフィジカル面（例えば高さ、パワーなど）、そしてボールを奪うプレーなどでも世界で互角以上に渡り合える選手が現れてきています。

今後、世界におけるトップクラスのクラブで活躍する選手が増え、その彼らが日本代表チームのために献身的にプレーをすることで、2005年宣言の“世界を取る”ことに近づけると信じて「日本サッカーが目指す選手像」を考えていきたいと思います。



ゲームはどう変わっていくのか？

高強度のランニングの回数は8シーズン(2012-2020)を通して増加し、FBで14.6%、インサイドFWで9.2%というばらつきがあった。

CB(+8.2%)、FB(+9.5%)、MF(+9.3%)、FW(+8.0%)は2012年から2020年にかけて高強度でカバーした距離を伸ばしていた。

総じて、パスの総数、ショートパス、ロングパス、パス成功率に差は見られなかった。

CBはパスの総数を増やし(+30.6%)、ショートパス(+31.5%)、ロングパス(+26.5%)を増やした。

8シーズン中、クリアの数(-40.8%)が減少し、インターセプト数が10%増加した。
(Barca Innovation Hubより)

ゲームの最高レベルにいる選手が行うスプリントや高強度のアクションの量は、2002年から倍増しており、強度が上がっている。

ボールがプレーされている時間は、1990年に比べて約12分長くなっている。

その結果、スピード、敏捷性、加速が、最高レベルで活躍する選手たちの運動能力の中心になっている。
(ウェールズサッカー協会ウェブサイトより)

未来の選手に必要な要素とは？

Intensity & Quality : 強度 & 質

強度の高い攻守におけるアクションの中で、いかに正確なプレーが出来るのかは今後ますます重要な要素となるだろう。そのためには、以下の要素が必要になる。

- ・フットボールインテリジェンスの高さ
- ・柔軟な対応力
- ・1対1の守備/1対1での攻撃の強さ (ON/OFF)
- ・ゲーム中の状況を管理する能力
- ・非常に高いテクニック (判断を伴う)
- ・瞬時の問題解決能力
- ・1タッチパス
- ・フィジカルフィットネスでも負けない (様々な要素)
- ・ハードワーク出来るメンタリティ

Jリーグが目指す魅力的な試合とは「激しくて、フェアで、エキサイティングな試合」である。

(2020 Jリーグビジネスカンファレンスより)

千葉県が目指すトレセンの姿

①基準を知る：目指すべき世界で求められるプレーの質を知ることギャップを認識する。

⇒トレセンコーチには世界で戦うための基準を提示し、学ばせる能力が求められる。

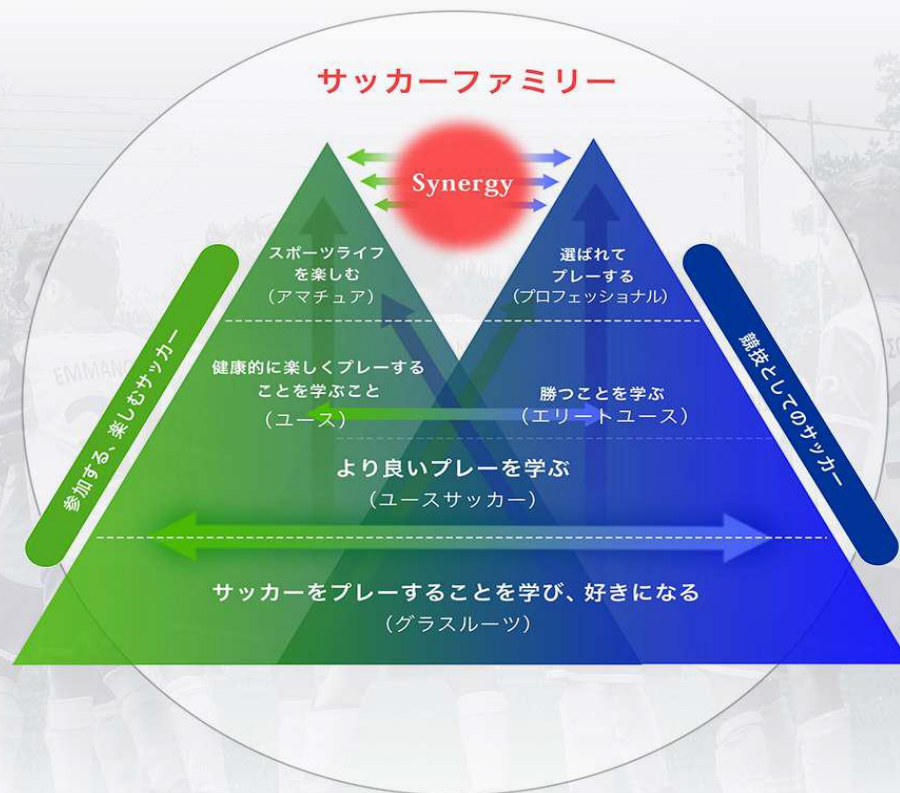
⇒トレセンコーチが示す基準とは？

千葉県が目指すトレセンの姿

②原則を学ぶ：選手・個性の土台となる基本を徹底し、どこのチームでも求められるサッカーの原理原則を学ぶ。

⇒トレセンコーチには選手にとって普段と違う環境（トレセン）だからこそ効果的に伝えることのできる基本（**目的**）や原理原則・**基本戦術**を伝え、学ばせる能力が求められる。

⇒**JAPAN'S WAYの望まれる選手像を参照にする**



育成年代での育てるべき選手像

**自分の武器（個性：Individuality）を持ち、
様々な状況でチームのために生かすことが出来る選手**

- どこに行っても、いかなる監督、システム、戦術の中においても自身の強み、個性をチームのために発揮できる選手。
- 大人になっても使える能力を身につけている選手。特に個人戦術を大事にし、成長と共にグループ、チーム戦術を学んで欲しい。
- テクニックを大事にし、サッカーの原則を理解している。
- ある特殊な戦術で育てるのではない。
- 自分の責任でリスクチャレンジできる選手。
- クリエイティブ&ハードワーク（タフ）

現代における多様なサッカー環境、プレーモデルを尊重し、その中から育つ多様な個性を持つ選手達の能力を日本サッカーは支持したいと思えます。なぜならばそのような個性的な選手達が、自分らしさを発揮出来るチームでプレーすることによって彼等は幸せを感じるであろうし、また日本サッカーの強みでもある組織力と団結力を見せたときに“多様性と一体感の共存”によって大きな力を発揮するだろうと考えるからです。今後才能を持った選手の発掘（Talent ID）に関しても日本サッカーとして求める基準をしっかりと示していかなければならないと考えています。

千葉県が目指すトレセンの姿

③チームを越えて高めあう：各チーム内で突出してい「個」がチームの垣根を越えて競い合うことで更に「個」を高める
⇒トレセンコーチには「個」の挑戦しようとする姿勢を奨励し、選手同士が高めあう雰囲気を作るとともに、スタッフ自身にも高めあう姿勢が求められる。

⇒非日常を体験することで、自己を分析し、日常を変えることで選手は成長する（1回の練習で上手くなるのではない）

⇒自分の意見が言える、人の意見を聞き入れる環境（雰囲気）作りが重要

県トレセントレーニング目標

【U-13】

トレーニング・ゲームの中で、攻守ともにプレーの目的と原理原則・基本戦術を踏まえたプレーが可能となる。

⇒ONを改善するには、OFFでどんな準備が必要か？
攻守共にボール状況を観察した中で、プレー選択ができるようにしたい。観ることの大事さを理解させる。

県トレセントレーニング目標

【U-14】

強度の高いゲームの中でもプレーの目的と原理原則・基本戦術を踏まえたプレーが可能となる。

⇒ インテンシティを保ちながら、ボール状況を観察し、数的状況・プレーゾーンを認識して、ON・OFFでのプレー選択ができるようにしたい。
コーチは選手の何が観えて、何が観えていないのか？を観察できるようにしたい。

県トレセントレーニング目標

【U-15】

プレーの目的と原理原則を踏まえた上で、個の特長や役割・ゲーム状況等に応じて、チームを勝利に導くために必要なプレーを選択できる。

⇒ チーム戦術の中で、個の特徴を活かす。

チーム戦術を理解するためには、基本戦術を理解していることが必要である。

JAPAN'S WAYから

「選手に関しては、自分で考え、判断し、それを実現できる技術を身につける、だからこそサッカーが楽しい。高いステージになってもそれが楽しめる選手を育成していきます。」

「そのためには指導者が必要です。指導者が学ぶ機会を大切にし、選手が自分で考え、判断してプレーする楽しさを伝えることができ、選手が持っている能力を引き出してあげられる指導者を育てていきます。」

育成年代での育てるべき選手像

「どこに行っても、いかなる監督、システム、戦術の中においても自身の強み、個性を発揮できる選手」

「大人になっても使える能力を身につけている選手。特に個人戦術を大事にし、成長と共にグループ、チーム戦術を学んで欲しい」

「テクニックを大事にし、サッカーの原則を理解している」

「ある特殊な戦術で育てるのではない」