

## スポーツ科学：スポーツのトレーニングおよびコーチングに関する基礎的研究

## 第19回デンソーカップ日韓大学サッカー定期戦を終えて

李 宇諤 (文学部教授)

2020年3月COVID-19パンデミックが宣言された以降、2020年・2021年度の2年間で中止されたデンソーカップ大学サッカー日韓戦が3年ぶりに2022年6月25日に日本で行われました。我々のスタッフと選手たちは、久々の国際試合でできる喜びと良い緊張感を持ち試合に向け準備を備えました。

25日の試合に向けて全日本大学選抜は、6月20日(月)から時之栖スポーツセンターにてキャンプが始まりました。召集された選手は、関東地区から13名、関西地区から5名、北信越地区から2名、東海地区から2名で22名でした。

初日(6月20日・月)は、まずSmart Amp検査を実施し全員陰性の結果が出ました。そして、トレーニングの前に改めて自己紹介を始め次のような内容でミーティングを行いました。①大学日韓戦の意義②代表選手としての心構え③一流選手としての更なる成長のための向上について選手たちと話をしました。初日のトレーニングについては、殆どの選手が週末のリーグ戦に出場した為負荷を落として行いました。夕食後は、選手個々のコンディションや現状などについて聞くため個人面接を行いました。

2日目(21日)は、午前、午後分けて練習を行いました。午前の練習では、パス、キック、ヘディング、シュートゲームなど、午後では、主に戦術TRを行いました。今回テーマとして考えた前線からのプレスとセットからプレスを全選手が共有する事が目的でありました。2日目の昼と夕食後は初日と同様に個人面接を行いました。

3日目(22日)は、関東選抜1年生チームとTRMを45分×2本を行いました。試合前のミーティングでは、チームコンセプト(攻・守)において選手全員が共通認識を持つことを強調し、イメージを共有することを求めました。内容につきましては以下の通りです。

## \*守備のコンセプト

- ①前線からプレスをかける。
- ②セットしてからは外へ追い込む(バランスを維持重要)。
- ③奪われたら・・・1st.DFの高い意識と質、そ

して2nd,3rd.のDFが連動して奪う。

- ④相手クロス状況においてしっかりとブロックする。
- ⑤体を張って守る。

## 基本コンセプト

- ・ボールアタック & 球際の強さ・激しさ。
- ・コンパクト(数的優位な状況をつくる)。
- ・スペースケア
- ①最終ラインの背後。
- ②バイタルエリア浸透ケア。
- ③サイドに追い込む。

## \*攻撃のコンセプト

- ・奪ったら(カウンター)・・・
- ①シュート、ゴールへの意識。
- ②時間と手数をかけない。
- ③3人以上関わる。

## 基本コンセプト

- ・裏(DFライン背後)→第1にねらうところ。
- ・サイド(ピッチの幅)→出来るだけ広く、数的優位の状況をつくる。
- ・縦(トップへのクサビ)→出来るだけ深く、2列目の動き、3人以上関わる。
- ・速いテンポで、シンプルなボール回し→後ろより前に運ぶ。

## \*チーム

- ①歴史に残る試合である絶対負けない!!!
- ②球際、競り合い、運動量は負けない。
- ③積極的に自分の持ち味を出し切る。
- ④攻・守におけるチームコンセプトの理解し共有する。

4日目(23日)は、午前中は休憩時間を設け、午後はトレーニングの前に昨日の試合での改善策と韓国戦に向けての対策について映像を用いてミーティングを行いました。トレーニングでは、戦術面での改善すべき点(サイドでのマークの受け渡し)について確認をし、最後にはPK練習も行いました。

5日目(24日)は、午前中TR行い、クロスシュートとセットプレーのトレーニングを行いました。昼食の後、横浜にバスで移動し試合に備えました。時之栖では連日曇り雨でしたので

暑さとは全く関係がない状況でしたが、横浜に前日入りしたところ猛暑でしたので暑さに慣れるのが大事かと思ひ、着いてから着替えて40分ほどみんなで歩きました。(トレーニングのメニューについては別紙を参照)

6日目(25日)、いよいよ本番の日を迎えました。朝食の前にSmart Amp検査を実施し全員陰性の結果がでました。しばらく休憩を入れて午前10時半から暑さに慣れることを意識して30分ほど散歩しホテルに戻り試合の準備をするように指示を出しました。試合は、17時キックオフで行い、前半1:0、後半4:0合計5:0で勝利3年ぶりのデンソーカップ日韓大学サッカー定期戦を勝利で飾りました。

## 課題点:

- ①前半、全体的にプレス位置の間違い(前線から)。後半から(相手のハーフウェイラインとペナリティボックスの中間からコンパクト)修正。(監督の戦略ミス)
- ②左サイドMFとサイドバックとの連携(TRMから課題)
- ③ビルドアップ(ボールを運ぶテンポ)

最後になりますが、素晴らしい選手やスタッフに恵まれて準備から結果まで悔いの無い出来ことでした。皆様に心より感謝申し上げます。まだこのような貴重な経験の場を与えてくださった全日本大学サッカー連盟技術委員の方々や関係者の皆様、専修大学スポーツ研究所の所員の皆様に心より深く感謝申し上げます。

付記：本研究の一部は、令和4年度専修大学スポーツ研究所助成(調査研究費：スポーツ科学部門)によって遂行された。