

第3回室蘭地区指導者研修会報告書

平成29年10月31日

報告者 ユース育成部会 深谷明弘

- 1 目的 室蘭地区の一貫指導を目指した指導技術の向上とベクトルの共有の場とする。
- 2 主催 室蘭地区サッカー協会
- 3 主管 室蘭地区サッカー協会ユース育成部会
- 4 期日 平成29年10月29日(日) 17:00-20:00
- 5 場所 まなびの里サッカー場(体育館にて)
- 6 指導者 クーバージャパン 福嶋 仁氏、田中 敦氏
- 7 内容 クーバーコーチングメソッド及びライフキネティック
- 8 対象者 室蘭地区登録チーム 指導者及び普及
- 9 報告 当日は20名の地区指導者が参加(2名欠席)
(2種:1名、3種:5名、4種:11名、普及:3) 第3回:20名参加

【クーバーメソッド実技】

個に特化したボールマスター(スキル)の習得

さまざまなトレーニングを通して、正確かつ柔らかいボールタッチの習得を目指すトレーニングを体感した。スキルトレーニング後は、習得したスキルを活用したメニューが組み込まれ達成感を得ることのできるメニュー構成で、参加者は大いにチャレンジしながら楽しくプレーすることができていた。クーバーコーチングの骨子は常にプレー時間が確保されており、スキル習得後は必ず競争させ意識を高めるところにある。また、使用されている用具も独自に工夫されたものが多く参加者からも“楽しい”“負けたくない”などの声が聞こえ、充実した内容であった。今後も機会があればより多くの指導者に体験していただきたい。

【ライフキネティック】

いろいろな動きの中で脳を活性化させるメニューを体験した。さまざまな用具や体育館に引かれているラインを使用して眠っている脳を活性化させるトレーニングが紹介された。以前、スペインメソッド(中谷氏)の研修会時にも脳を活性化させる取組が紹介されたが、今回はドイツで生まれたプログラムを体験し、参加者は子供に帰ったようにはしゃぎながらシナプスの連結に取組み盛り上がった。

まとめ ユース育成部会(深谷)より

今回は各種大会が重なっている中、20名の参加をいただき実施することが出来ました。クーバーコーチングは以前から興味深く地区の指導者に紹介することが出来たことは、今後につながる大きな一歩となった。特にトレーニングの構成や雰囲気づくりなどは各種年代を問わず参考になるものであった。また、今回特別に実施していただいたライフキネティックプログラムは非常に興味深い内容で、特にU12年代では取組むべき要素であると感じた。

今後は、より多くの指導者の皆様に参加していただけるように室蘭開催、登別開催も視野に検討していきたい。クーバージャパンプログラム開催にあたりご協力いただきました地区協会並びに各種別委員長様に心より感謝申し上げます。