

飛騨古川遠征の成果と課題

代表 山口 高史

監督 山口 正悟

拝啓 青葉の候、保護者の皆様におかれましてはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。日頃は Jr.ユースの活動に格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

早速ですが、標題の件についてご報告させていただきます。

敬具

【遠征の目的】

1. サッカー技術の向上
2. チームワークの向上
3. 自己管理意識の向上

【成果と課題】

① サッカー技術の向上

3日間激しい試合をすることで、多くの成功と失敗を体験することができました。成功したプレーを継続して行えるように、失敗したプレーを少しでも減らしていけるように、今後のトレーニングに励みます。また、負荷のかかった状況でのプレーのミスが多く、試合終盤やゴール前での攻防などで相手に主導権を握られる展開が見られました。1試合を通してプレー強度を持続させ、どんな状況でも主導権を握ってプレーすることのできる選手の育成を目指します。

② チームワークの向上

寝食をともにすることで多くの気づきと発見をすることができました。選手同士の特徴をお互いが理解し力を最大限発揮することで、パフォーマンスの向上につながれたと考えています。また、試合前のウォーミングアップは自分たちで行い、時間を見て行動することができました。しかし、試合に必要なチームの荷物を忘れていたり、片付けの際にチームの荷物がなくなったりするところは、今後の課題です。一人一人の選手がチームの一員であることを理解し、チームのために率先して行動することを期待します。

③ 自己管理意識の向上

就寝時間や起床時間など「休養・睡眠」についてはしっかりと自己管理することができました。しかし、「食事」については好き嫌いが多かったり、自動販売機でジュースを購入していたりする姿を見ると、まだまだ自己管理の意識が薄いなど感じました。絶対にいけないというわけではないですが、自分が口にするものの意識を今後は考えていけたらと思います。食事の面はご家庭で協力していただくことが多くなります。サッカー選手として、必要なエネルギーや栄養バランスのとれた食事を心掛けられるよう見守っていただけたらと思います。今の年代が今後の体づくりのためのベースとなります。強く、たくましい選手になれるよう、ご協力をお願い致します。