

付録

令和4年度 西部支部指導者講習会 (兼トレセンスタッフ研修会)

報告書



10月31日(月)

浜北サーラグリーンフィールド

西部支部指導者講習会（兼トレセンスタッフ研修会）

今年度はジュビロ磐田様のご協力をいただき、講師にジュビロ磐田 U-18 監督の前田遼一氏をお迎えして、サーラグリーンフィールドにて開催しました。

今更紹介するまでもありませんが、前田氏は高校卒業後にジュビロ磐田に加入し、長年に渡りチームのエースとしてプレーする中で、J1 リーグ得点王やベストイレブンを獲得する活躍をされました。また、日本代表においてもザックジャパン時代に CF としてアジアカップ 2011 で優勝に貢献するなど、日本サッカーに大きな足跡を残してきた選手です。

今回は、指導者としてジュビロ磐田に帰還した前田氏に、U13（小6、中1）、U16（中3、高1）の2カテゴリーの選手たちを対象に、ストライカーとしてのスキルや考え方を指導していただきました。

当日は小学生年代（4種）から社会人（1種）まで合計 86 名の指導者にご参加いただき、前田氏からストライカーを育成するための指導の一端を学びました。

講師：前田遼一氏

〈選手歴〉

2000－2014年 ジュビロ磐田

2015－2018年 FC 東京

2019－2020年 FC 岐阜

J リーグ通算535試合出場・180得点

（2009, 2010年 J1 リーグ得点王・ベストイレブン他）

日本代表33試合出場10得点（2011年アジアカップ優勝他）

〈指導者歴〉

2021年 ジュビロ磐田 U-18コーチ

2022年 ジュビロ磐田 U-18監督



2022 年 10 月 31 日

18 : 30

テーマ: **GOAL**

【U-13】

Key
Factor

① シュートテクニック

② 体の向き

③ 仕掛け(ON、OFF)

④ 優先順位

⑤

⑥

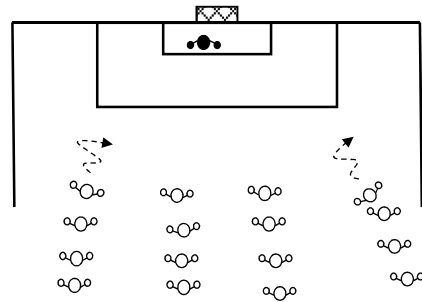
【W-UP】

①
②分
分

【TR1】 ドリル

15 分

各TCコーチ担当



【オーガナイズ】

- 1, ドリブルからシュート
- 2, コントロールしてシュート
- 3, ターンしてシュート
- 4, スルーパスからシュート

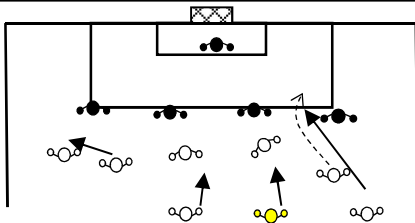
【コーチングポイント】

インステップ、インフロント、インサイド、アウトサイド、
トー ニアorファー

【TR2】 シュート(OFFの動き)

15 分

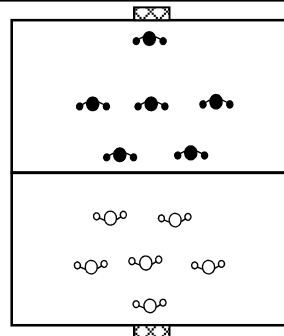
【Game】 5vs5 + 2 GK ➡ 8対8 + GKに変更 15 分



【オーガナイズ】 ※DFあり

- 1, ドリブルからシュート
- 2, コントロールしてシュート
- 3, ターンしてシュート
- 4, スルーパスからシュート
- (5, ポストプレー)

【コーチングポイント】

シュートを意識した動き出し
体の向き

【オーガナイズ】

40 × 40

➡50 × 68に変更

【コーチングポイント】

シュート

仕掛け(ON、OFF)

体の向き

振り回り

テーマ: **GOAL**

【U-15】

Key
Factor

① シュートテクニック

② 体の向き

③ 仕掛け(ON、OFF)

④ 優先順位

⑤

⑥

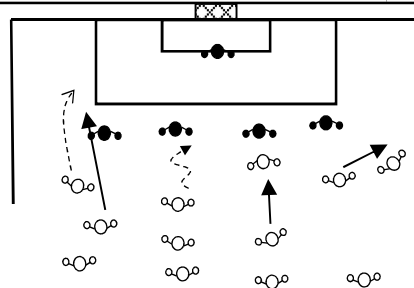
【W-UP】

①
②分
分

【TR1】 シュート(OFFの動き)

15 分

各TCコーチ担当



【オーガナイズ】

- 1, ドリブルからシュート
- 2, コントロールしてシュート
- 3, ターンしてシュート
- 4, スルーパスからシュート

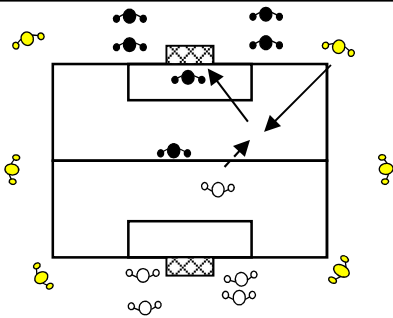
【コーチングポイント】

インステップ、インフロント、インサイド、アウトサイド、

【TR2】 1 タッチシュート～ 1 vs 1

15 分

【Game】 5 vs 5 + 2 GK ➡ 11対11に変更 15 分



【オーガナイズ】

33 × 20

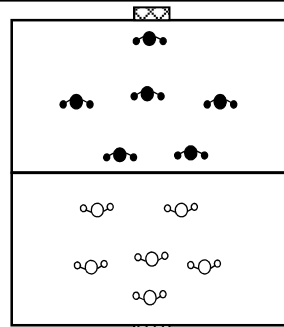
- 1, 攻撃方向のサーバーからパスを受けて1タッチシュート
- 2, 6人のサーバーからパスを受けてシュート
- 3, 1vs1 + 2クロッサー

【コーチングポイント】

シュートを意識した動き出し

ミート

コース



【オーガナイズ】

40～50 × 40～50

➡ ①68 × 72 ②フルピッチに変更

【コーチングポイント】

シュート

仕掛け

振り返り

指導動画 QR コード

【U13】

U13 Tr.1 (ドリブル



⇒シュート)

U13 Tr.1 (サーバー



から受けてシュート)

U13 Tr.2 (1対1 +G



K+サーバー)

U13 Game



【U16】

U16 Tr.1 (1対1 +G



K)

U16 Tr.1 (1対1 +G



K+サーバー)

U16 Tr.1 (1対1 +G



K+6サーバー)

U16 Tr.2 (1対1 +G



K+クロスサー)

U16 Game



指導映像リスト

【U13】

U13 Tr.1 (ドリブル⇒シュート)

<https://youtu.be/2Eam3rcTqRY>

U13 Tr.1 (サーバーから受けてシュート)

https://youtu.be/iEQU_1TvCYA

U13 Tr.2 (1対1 + GK + サーバー)

<https://youtu.be/bpKExON51A0>

U13 Game

<https://youtu.be/aT5PUxxh9uY>

【U16】

U16 Tr.1 (1対1 + GK)

<https://youtu.be/cn44H32072A>

U16 Tr.1 (1対1 + GK + サーバー)

https://youtu.be/NDxNWfka1_g

U16 Tr.2 (1対1 + GK + 6 サーバー)

<https://youtu.be/pOVrwFu-BiQ>

U16 Tr.2 (1対1 + GK + クロッサー)

<https://youtu.be/-uJ6v3aQjVE>

U16 Game

<https://youtu.be/b3kf5OokhmM>

質問回答

Q. ストライカーは、育てるではなく、生まれてくるとよく言われますが、前田さんは、どう思いますか？（3種）

A. 僕自身、MF から FW になったので、ストライカーは生まれるよりも育つものだと思います。

Q. 得点率を上げるには何を意識するのか、教えて下さい。（4種）

A. 僕自身、得点率を上げるという考えは全く持ってないです。ミスを恐れてしまうこと、思い切りがなくなることが何よりもいけないことだと思ってます。得点率が下がっても、とにかく多くのシュートチャンスを作ることが何よりも大事だと思ってます。

Q. シュートとが枠を外してしまう。（慌ててしまいゴールをそれる・ボールをふかしてしまう）（4種）

A. シュートが枠を外れてしまう選手には姿勢を良くすることを伝えることが多いです。そうすることが周りを観ることにもつながり、慌てることもなくなるのではないのでしょうか。

Q. ストライカーと聞くと特化した選手のような感覚で受け止めます。なのでゴールをすることが当然だと思いますが。4種の育成年代では個で活かせる事を認めてあげた方が良いですか？教えすぎない形。それともいろんな役割の中でのゴールを狙わせる伝え方が成長に繋がるのでしょうか？（4種）

A. ストライカーが特化した選手という考えは僕自身あまりないです。それよりも点を取る選手というのはサッカーの原理原則をより理解してプレーしているのではないかと考えています。

『個で活かせること』というのがどういうことを指しているのか分からないのですが、個でゴールを取れるのであればそのプレーをどんどんやらせてあげたほうがいいと思います。ただどんな選手も必ずゴールが取れなくなる時があるのでその時に、『色々な役割』があってそれを理解することでよりゴールを取ることができるということを伝えてあげたほうが選手は理解しやすいのではないのでしょうか。

Q. 高校時代など、元々のポジションはMFと記憶していますが、FW転向のキッカケや意識を変えたような部分はどんなところですか？（4種）

A. 当時のジュビロ磐田ではMFとして試合に出ることが難しかったことがFW転向のきっかけだったと思っています。意識を変えた部分は、当たり前のことかもしれませんがゴールから逆算してプレーを考えるようになったことが一番大きかったと思っています。

Q. 講習会ありがとうございました。指導の際のアドバイスで、前田さんが選手時代に特にこだわっていたという部分があれば教えてください。（2種）

A. 僕自身が選手時代に一番こだわっていたことは、高校年代ではとにかくONの個の能力（1stタッチ、ドリブル、パス、シュート）です。プロに入ってからではOFFの能力を伸ばすことにこだわっていました。