

大分トリニータユーススレッド9

<http://ikura.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/>

---

599Isogawa Takuji : 2014/01/01(水) 09:37:00.23ID:AMnjgBw00

あけまして おめでとうございます。

---

600Isogawa Takuji : 2014/01/01(水) 16:17:32.88ID:AMnjgBw00

守備は最強の攻撃。

---

602Isogawa Takuji : 2014/01/01(水) 22:08:21.91ID:AMnjgBw00

今日の試合で、それを実践したのは横浜鵜隊である。>>601

---

605Isogawa Takuji : 2014/01/20(月) 11:29:24.47ID:tdAymxwV0

追記>>416,>>541,>>578

体を飛ばすにしても、短く速くが基本で、長くなると遅くなるし精度も悪くなる。蹴球者のポジショニングと配球者のパス精度との連携が必須である。

---

606Isogawa Takuji : 2014/01/20(月) 19:02:38.40ID:tdAymxwV0

追記>>605

体を飛ばす離陸においては、重力に逆らい、芝生の摩擦抵抗から離脱するために、一瞬の上昇加速が発生するので、水平飛行へと移行する以前に珠に触ると、珠を上に向けて浮かせることになる。

判断が一瞬でも遅れると、体の上昇過程で珠に触ってしまい、珠を浮かせることになってしまう。

---

608Isogawa Takuji : 2014/01/21(火) 09:39:38.91ID:sukHOD/W0

連戦では、その中で成功した作戦や試技に固執していると、その裏を掻かれたり、罠に嵌められることがある。むしろ、失敗していた作戦が成功する確率が上がることもある。

---

609Isogawa Takuji : 2014/01/21(火) 23:16:35.65ID:sukHOD/W0

今夜の練習。球の強さや速さを上げる練習は自主練では難しいので、強く速い球を受けたり返したりする時の、足と球の合い具合や身体のバランスがぶれて、球が乱れることが多かった。

球と足の合わせが乱れないように整除する微調整を、様々な球種について対応していかなければならない。

---

611Isogawa Takuji : 2014/01/22(水) 00:30:43.46ID:w64hQzah0

あなたは何が書きたいのですか？>>610

---

613Isogawa Takuji : 2014/01/22(水) 20:55:31.83ID:w64hQzah0

身体のバランス。人間の身体は、地面に垂直に長いので、球が足に衝突する衝撃は、人間の身体を、水平軸に対して垂直回転させやすい。そうすると、球と足が衝突する時機により、球が上へとテンプラしたり、下へとダフったりすることになる。そうすると高速なパスやシュートの仰角が不安定になる。

解決策としては、身体のバランスを垂直軸に対して水平回転するように準備や構えをする必要がある。球が足に衝突しても、身体が回転扉のように動作すれば球は浮いたり弾んだりしないからである。

高速な球をバックスイングしながら受け留めて減速し、フォアスイングで加速して送り出すことも可能となる。垂直な体軸を球に対して後退させることで、球を減速させることも可能である。このような身体操作が要求される。

---

614Isogawa Takuji : 2014/01/23(木) 22:45:43.66ID:++PhQWQg0

今夜の練習。六角三門。球の蹴り出しが一箇所だったので、最初に正面で受ける方面が有利だった。それに対して、右に見るのか、左に見るのかで有利不利があるのは問題であったが、それはそれとして、蹴り出しは、3箇所から輪番とする必要がある。

枠に収まる確率が上がっていたことが良かった。

615Isogawa Takuji : 2014/01/28(火) 22:09:32.35ID:dYxNwF4E0

今夜の練習。一年生は足腰が硬く、足先だけで球をコントロールしようとしてしまうため、トラップが大きく、強い球を嫌うようになってしまっているようだ。腰や膝や足首を柔軟にして、身体を浮かすような体勢で、球の受け出しに、メリハリを体重移動で緩衝や反発を自由自在にコントロールできるようにならなければならない。

鳥籠でも、90度の角度ばかりを練習していたので、縦や横への動きをしながら、受け出しをする必要があるだろう。

---

616Isogawa Takuji : 2014/01/29(水) 10:01:38.92ID:pdJxfp2a0

体が沈むと球が浮き、体が浮くと球が締まるのは、剣道と同じであるようだ。体を浮かすためには、姿勢と筋力とが重要である。

---

625Isogawa Takuji : 2014/02/04(火) 22:43:54.14ID:o67+SXMw0

今夜の練習。中学生。鳥籠では、球の出側が球を受け出しする前であれば、球の受側は自由に動けるが、球の出側が球を受け出した瞬間、その球の射線上に動かなければならなくなる。

守備側との関係において、球の受側は、出側と守備との位置関係を常に把握して、有利な位置や体勢で球を受けようとし、守備側は、同様に、不利な位置や体勢で受けさせようとする。

不利な体勢とは、守備側が、攻撃側が球や人に対して後退しつつ受け出しをしなければならないような状態を攻撃側に作出して、球や人の勢いを減殺するような状態を意味する。

攻撃側は、このような守備側の作戦に対して、後退しながらでも強い球を安定して方向を見定めて蹴ることができるように、体を回転させて蹴る筋力を強化することになる。

今夜の練習では、後退しながら蹴る判断は正しいが、その蹴る力が弱いために球を奪われる事態が多発していた。

---

626Isogawa Takuji : 2014/02/04(火) 22:57:25.31ID:o67+SXMw0

後退しながらの回転力を強化しつつ、方向感覚を磨く方法として、少し斜めに強く壁当てをした速い球を追いかけて、振り向きざまに的に当てる練習をするという方法があるだろう。

**627Isogawa Takuji** : 2014/02/05(水) 08:53:28.62ID:OLFCL09U0

「筋肉が付くと身長が伸びない」という心配がある人は、就寝前に筋肉の緊張を取って柔軟にし就寝中に骨が伸びることを助けるストレッチの励行や、真剣白刃取りのように跳躍してフィードの球をキャッチしたりヘディングをする練習で、高い球に身長届くようにする練習をすると良いだろう。球を顎で止めるキーパーの顎が伸びるのと同じ現象が起こりうる。

---

**629Isogawa Takuji** : 2014/02/07(金) 19:20:14.80ID:A+I8u3My0

ああいう効率重視の集団指導体制はよくない。どこがオシム系となっているのですか？韓国系に見えますが。>>628

---

**630Isogawa Takuji** : 2014/02/08(土) 11:34:41.42ID:5cCaq/dP0

今日の中学新人戦決勝。中学生の練習は土コートなので、準決勝・決勝も土コートで実施し、対外試合が人工芝や天然芝であれば、その練習をさせるべきだろう。守備の形が固定的なので抜かれることが多いのは、指導法が悪いのだろう。

---

**631Isogawa Takuji** : 2014/02/08(土) 11:37:36.66ID:5cCaq/dP0

追記>>629

効率重視の練習法は、同じ課題でどちらが上手かを比べるために実施されるが、そういう育成というよりも選抜のための練習法は、型に囚われてしまい、角度や速度を固定化して、判断力や制御力を低下させてしまうことになる。

---

**632Isogawa Takuji** : 2014/02/08(土) 11:44:37.11ID:5cCaq/dP0

追記>>630

相手の攻撃の形を見て、守備の形を変化させなければならないが、選手の現場での判断であるので、監督には「大人の事情」があることをも考慮し、自分たちで考えていかなければならない。

---

**633Isogawa Takuji** : 2014/02/08(土) 19:27:36.88ID:5cCaq/dP0

大人の事情というのは、守備の作戦を考えられるような頭の良いサッカー経験者は、仕事が忙しくて、夕方に練習場に来るようなことはできないから、在校生で頭が良くて理系が得意な人を募り、将来の研究や分析に役に立つからと、部員にした方が良いということ。

都立戸山高校のアメフト部では、乙武洋匡氏が作戦を担当して、都大会に優勝したそうだ。

<http://ototake.com/mail/99/>

---

**634Isogawa Takuji** : 2014/02/09(日) 10:54:53.04ID:YmsQakH00

卒業生で大学や社会人でもサッカーを続けたいという人がいれば、メールや電話で相談したり、ビデオを撮影して情報共有する方法もあるだろう。

サッカーが続けられているということは、それだけ合理的な運動や思考ができていくということになる。

---

**635Isogawa Takuji** : 2014/02/12(水) 23:45:53.08ID:dAiQ7y0i0

今日の練習。コーチが口を出さずに、好きなようにやらせても、適切なアドバイスができれば、上手に球が回るものだ。基礎技術の練習を、その方がみっちりさせることができる。監督の趣味やスタイルの押し付けは、良くない。監督の方が選手よりも柔軟でなければ、適切なアドバイスはできないものだ。

---

**636Isogawa Takuji** : 2014/02/12(水) 23:47:16.51ID:dAiQ7y0i0

今夜の練習。ヘタクソでもできるフォーメーションから、上手にしかできないフォーメーションへの変化をさせることができるかが課題である。

---

**637Isogawa Takuji** : 2014/02/13(木) 11:05:59.51ID:W+2PfkQP0

システムで何処にいるかを絶対座標で決めて置いて、そこに球を送る子ども向けの簡易的な方式から、システムは相対座標として角度や距離を目視で計測し球を送る大人の本格的な方式へと移行

する必要がある、ということ。

子ども向けの簡易的な方式に監督が縛られていると、大人の本格的なサッカーをしようとする選手は、「勝手なことをするな」というように抑圧や排除の対象に見えてしまうのである。中学生は始めなければいけない。

---

**638Isogawa Takuji** : 2014/02/16(日) 17:44:11.38ID:GDooAf790

ゾーンディフェンスの場合、対戦相手の一人の選手に、ゾーンを縫うように走りこまれると、そのゾーンを担当する守備の選手が2人も3人も釣られてしまい、手薄（足薄）やお留守のところを突破されたり蹴踏されたりしてしまうことになる。

突破する対戦相手の一人の選手には、一人が専担で対応し、例えば振り切れようとも、失点にならないように、周囲の対戦相手の選手を抑えるようにした方が良い。

---

**639Isogawa Takuji** : 2014/02/16(日) 18:08:12.04ID:GDooAf790

そうすると、準備するべき立ち位置や向く方向や誰が担当かなど、複雑な指導が必要になるので、中学や高校の顧問教師では難しいということになるのでは。だから、簡便なゾーンディフェンスが行われていて、複数のゾーンをドリブル突破するドリブラーが、過大評価されてしまい、本格的なサッカーでは行き詰まるということになってしまう。

---

**640Isogawa Takuji** : 2014/02/18(火) 23:24:05.44ID:HAEP9yli0

今夜の練習。中学生。試合形式。劣勢側は、ドライブやスピンの掛かった球を、回転を止めたり与えたりして思い通りの場所へと留めることができず、球が行方不明となり凝視してしまうので、遅れたり失ったりしていた。

高速運動の中で回転して来る球に対して、球を思い通りの場所に留めて、球は瞬視あるいは無視して、周囲の人の配置や動向への注意を集中させて蹴ることができるようにならなければならない。

---

**641Isogawa Takuji** : 2014/02/20(木) 22:05:23.89ID:gVL5avVp0

今夜の練習。目と足とのバランスが取れてくると、相手にとって意外なパスコースを作ることができそう。シュートに背を向け



てしまうのは、牽丸への直撃を回避するためには必要なことだが、それ以前に詰めが遅いのでシュート体勢に入られてしまったことが問題であるし、牽丸に直撃させないようにする安全策の提示も必要だろう。相手が切り替えることを想定して、次の瞬間に守備ができる体勢を準備していれば良いと思う。

---

**642Isogawa Takuji** : 2014/02/22(土) 19:37:55.03ID:8pWGo/GV0

今日の試合。失点の原因は、球留の失敗と担当のミスだったが、遠くを見ると首を振る範囲が狭くなり死角ができてしまうことがある。遠くも近くも同時に見ているには、首を振る範囲を大きくしておくことが必要だが、距離や角度の測定の時間が短くなる。

そのため、この位置とあの位置との距離や角度の計測は、コートでの練習で実測しておく、測定の時間を短縮できることになる。コートの大きさには違いがあるので、その誤差の補正をしておく必要もある。

担当のミスについては、映像を確認して修正しておく必要がある。

---

**643Isogawa Takuji** : 2014/02/25(火) 22:32:45.61ID:Hzng3ARw0

今夜の練習。中学生。試合形式。劣勢側は、パスカットによってカウンターを食らうことが多かった。視野が狭くて死角を作ったからか、パスコースを読まれたのか。

視野を広くするには、重い頭を体軸に平行に振っても足先が揺れない体幹の直ぐと強さが必要である。

パスコースを読まれないようにするには、対戦相手の考えや感じを予測や想像する考えや感じが必要である。

---

**645Isogawa Takuji** : 2014/02/28(金) 00:32:13.84ID:f6s6RDIt0

今夜の練習。全面、カウンターアタック。単純に直線的であると、相手に距離や速度や角度を読まれてパスカットされるので、縦に早く横へ曲がる球や落として止まる球などを駆使する必要がある。

あなたには関係ないし、読んでも分からないことだから、そんなことを書いてしまう。 >>644

---

647Isogawa Takuji : 2014/02/28(金) 21:58:10.60ID:f6s6RDIt0  
訂正>>645

誤：縦に早く横へ曲がる球  
正：縦に速く横へ流れる球

---

650Isogawa Takuji : 2014/03/02(日) 17:03:48.46ID:xhMT5PIU0  
N T Tでは、上司の不正や犯罪を指摘すると、部下の「幻覚」や「妄想」ということにされ、精神病院へ送られる。>>648-649

---

651Isogawa Takuji : 2014/03/05(水) 10:02:30.42ID:sjZRrwUM0  
2014年03月01日 朝日新聞 朝刊 18面

ディエゴはずっと「いい子」だった。「いつも規則正しく、約束を守る子供だった。彼を叱った覚えは一度もない」とパプロさん。テレビやアニメも見ていたが、その際も手元には常に勉強道具があったという。

子供のころ打ち込んだのはテニスだった。近くのテニスコートに行き、よく壁打ちをした、ただ、サッカーも忘れなかった。「必ずサッカーシューズも持参した。壁打ちが終わるとくつを履き替えさせ、今度は左右の足でキックの練習をさせたんだ」とパプロさんは話す。

13歳のある日、父は息子に決断を迫った。「テニスかサッカーか、どちらか一つを選びなさい」、ディエゴはサッカーを選んだ。

---

652Isogawa Takuji : 2014/03/06(木) 22:00:59.72ID:rSu7W9Ex0  
今夜の練習。大勝した所為か、少し緩んでいるようだった。来週に向けて、勝って兜の緒を締めなければいけない。試験期間中もあるのだろうか。大学に進学するなら、学業成績も無いと、常時出場の選手に選ばれないことがある。

今夜の練習。社会人。一発で蹴る練習をしてきた人々と、止めて蹴る練習をさせられてきた人々とは、どのようにして発生するのだろうか。

---

653Isogawa Takuji : 2014/03/12(水) 00:21:43.04ID:rqaKbcSi0



足を開いて斬る蹴り方は、身体を飛ばして球に寄せる筋力が無いと難しいので、中学生では、意識しつつ、寄せ切れなければ、球を足に引っ掛けるという判断をしないと、球が流れてしまうことがあるようだ。

---

**654Isogawa Takuji** : 2014/03/13(木) 22:16:59.51ID:Y17cWSU90

今夜の練習。バック・スピンドで球をゴールラインの手前で止めるには、トゥキックが有効である。正面だけでなく、横でもできるようにする必要がある。

球を引っ掛けると、足の内に球をグリップしてしまうので、球を放つ方向や速度が限定されたり、強い球であると、足の内で球が暴れるので、パスやシュートの精度が低下する。

球を斬ると、足の内で球を転がすことになるので、球を放つ方向や速度を足の開閉やの角度で変化させることができる。強い球でも球に回転を与えることで球の勢いを吸収することができる。

---

**655Isogawa Takuji** : 2014/03/15(土) 19:30:41.52ID:k2oPjIyv0

今日の試合。バックspinは、球の回転速度や回転角度で落下後の挙動が変化するので、球を送る人と球を受けるために走り込む人とでイメージを共有している必要がある。高い球の場合には、目視により、球の落下地点だけでなく、球の回転角速による変化も予測すると、試技の精度が増す。

失点は、ゴール前の守備において、球が対戦相手の足に来た場合と対戦相手の頭に来た場合とで、シュートコースが違っているということを考えに入れ、担当する対戦相手に対峙する必要がある。そのズレによってシュートコースが空いてしまったようだった。

---

**656Isogawa Takuji** : 2014/03/18(火) 22:27:52.69ID:N4gD9uIt0

今夜の練習。1/4面縦方向。ゴールから10m以内とかPA内では、ダイレクトでシュートを撃たなければならない、と決めるルールで練習するという方法もある。意識して練習しなければ、できるようにはならない。

1/2面横方向。囲まれて仕方が無くドリブルをする場合でも、囲みを外へ突破する必要は無く、囲みの隙間や上空を通すパスを出す技術が必要であるし、トラップよりもパスを第一選択として、

パスコースやドリブルコースを発見していれば、パスは自身へのパスであるという観点から、囲みを狭められる時間を相手に与えないようにすることができる。

---

**657Isogawa Takuji** : 2014/03/20(木) 08:27:32.70ID:pZRXVDzJ0

ここに書いてあることは、数週間や数ヶ月で達成して次へ進むというものなので、全部を一遍に短時間でやってもできるものではない。個人差もある。

---

**658Isogawa Takuji** : 2014/03/20(木) 23:05:17.47ID:pZRXVDzJ0

今夜の練習。サイド攻撃。折角、3人で突入するのだから、ニアとファーとセンターとに分かれて突入し、相手の守備を分断した方が良く。キッカーは、その3人と守備との関係を見て、体勢や体格での勝り具合を見計らって蹴り込む。

まだ、自信が無いので、誰か嗅覚が優れている選手のところに皆が集まって密集になってしまっている。それでは、相手の守備もそこに集めてしまうので、得点機を逸するのである。

練習としては、強制的に3人をニアとセンターとファーに分けて突入させ、守備との勝負を挑むような意識付けが必要なのだろうか。試合では、数的優位を作ったり、1人で対戦相手の守備員を複数人も引き付けるといった技術も要求される。

セットプレーでは、同じ理由だろうか、団子状態になってしまい、相手守備を前に集めて全く得点機を作れていなかった。ああいうごちゃごちゃした状態を解きほぐすのがコーチの役目だろうが、声は大きいという意味不明なことが多かった。

去年のトップチームは、硬直的なゾーンディフェンスだったので、名古屋戦では、セットプレーなのに、ケネディ氏を担当したのが土岐田洸平氏になってしまい、身長差で容易に失点してしまうという事態もあった。

---

**660Isogawa Takuji** : 2014/03/24(月) 23:38:07.40ID:nRae3/5e0

日本で確立されている指導論は、大昔の欧州での指導論を高齢者や留学生が持ち込んだもので、間違いが多い。 >>659

---

662Isogawa Takuji : 2014/03/25(火) 08:14:06.95ID:I9QLdi750

何か分からないことや、できないことがありましたか？>>661

---

664Isogawa Takuji : 2014/03/26(水) 09:08:30.36ID:+gv1x+2s0

走り込む選手は、軸足に負荷が掛かって、爪先や足首や膝などを負傷しないように、タイミングを合わせるにおいて、十分に減速をするなど、軸足への負荷を軽減する必要がある。

---

669Isogawa Takuji : 2014/03/27(木) 09:38:57.17ID:C9gBOV9H0

あなたが、新加入の選手を知らなかったの、あなたがサッカーをしていないことが分かった。>>667

---

671Isogawa Takuji : 2014/03/27(木) 17:57:04.09ID:C9gBOV9H0

狙ったところに球が行く、狙ったところが効果的である。これが評価基準。一時期、相当に練習したことがある。>>670

---

674Isogawa Takuji : 2014/03/27(木) 22:32:47.63ID:C9gBOV9H0

全てについて、ワンタッチやダイレクトでもできるようになるということ。>>672

---

675Isogawa Takuji : 2014/03/27(木) 23:13:30.51ID:C9gBOV9H0

トラップやドリブルも、思い通りのところに球を行かせて、そのところが効果的であることが評価基準となる。距離や速度が違うだけである。>>672

---

677Isogawa Takuji : 2014/03/28(金) 00:09:57.19ID:s5g4RI4D0

そういう高度な技術を幼少期から追求しないと、欧州や南米には勝てないということ。小学校低学年では4号球は重いので、軽い3号球や100均のゴムボールを使つての壁当てで、ワンタッチやダイレクトの練習をすると良い。>>676

---

678Isogawa Takuji : 2014/03/28(金) 00:13:58.86ID:s5g4RI4D0

こんなことができたならプロ選手や代表選手になれているのだから、コーチに意地悪をして示しを求めず、自ら練習して会得することが必要である。 >>676

---

**679Isogawa Takuji** : 2014/03/29(土) 19:08:59.20ID:1Ni2vJDT0

第4回プーマカップ in 堺 初日結果

<http://twitter.com/kasanosuke>[http://twitter.com/isotaku503\\_2/status/4](http://twitter.com/isotaku503_2/status/4)

---

**681Isogawa Takuji** : 2014/04/04(金) 22:14:31.46ID:egU9vKwr0

今夜の練習。女子。球が思うところに行かないのは、球に体重を載せる事を遠慮している、自分自身の体重を感じたくないから、なのかもしれない。

芸術も技能も無い「芸能人」や才能の無い「タレント」は、自身をエステシャンやスタイリストに飾ってもらうことしかできない。

そのような「芸能人」や「タレント」は軽薄なので、体重が無いかのように振る舞い、余計なおしゃべりばかりが多い。

ああいうのの真似をしてはいけませんが、ほったらかしにされている子どもが多いので、ああいう番組ばかりを見て同調圧力や流行過敏を仕掛けてしまう同級生が、周りに増えてしまっているのだろう。

---

**683Isogawa Takuji** : 2014/04/09(水) 00:05:21.25ID:UeqGU0YV0

今夜の練習。中学生。試合形式。劣勢側は、ゴール前で球に行き過ぎていて、人に付くことができずにいる。

人に付くのか、球に行くのか、対戦相手の個力や陣形や作戦などに対応して決めておくのだが、決め方には様々な種類があるので、選手は、様々なサンプルを集めて、比較検討する必要がある。必要条件は何か、十分条件は何かを決める。

監督によって、性格や体験や経験での好き嫌いやトラウマや頑迷固陋があり、何が選手たちに合う約束事なのか、選手たちが練習での試行錯誤で、選手たちが決めなければいけない。そのためには、様々な攻撃のパターンで守備をテストする必要がある。

---

**684Isogawa Takuji** : 2014/04/09(水) 19:17:28.30ID:9GOLSAXK0

今日の練習。小学校3年生。止めて見て蹴るでは、首の上下動で体軸がぶれるので的であるコーンに当たらない。見ておいて留め蹴りをする方が良い。

強い球にして、バックスイングで受け留め、フォアスイングでの斬り返しという技術の習得の方が、精度が出そうである。

---

**686Isogawa Takuji** : 2014/04/10(木) 22:12:56.08ID:jb4xYQ0Z0

今夜の練習。シュート練習。中学生。走り込みながらのシュートでは軸足を立てない方法もある。その場合は、バックスイングを大きめに取って球を受け留め、身体を浮かせて旋回しつつ、精度に必要な回転軸を空中で作り出し、フォアスイングで球を蹴り放って、両足で着地することになる。

---

**688Isogawa Takuji** : 2014/04/13(日) 07:50:02.99ID:4eZXa5YH0

ヤクザ会社やブラック企業では、不正や犯罪を隠蔽するために、告発者や目撃者を「精神病」と診断して、告発や目撃を「妄想や幻覚」ということにしてしまうことがある。 >>687

サッカーでも、「伝統」に逆らうと干されることがあるようだ。ああいう指導法は、教師にとって生徒を下手なままにしておけるので、それ以上のことを要求されずに済むという「利点」があるのだろう。

---

**689Isogawa Takuji** : 2014/04/13(日) 08:01:45.53ID:4eZXa5YH0

和歌山の中学校に通ったことがあるが、英語の発音は出鱈目だし、数学の公式は記憶偏重だった。ああいう授業をしている知的能力の低い高齢教師や下僕教師に逆らうと、短絡的な暴力が発動され、僻地に飛ばされるらしい。

自分は自分でやるしかないが、チームとしては関西や関東に勝てなくなり、外国に依存したりするようになる。竹中平蔵氏なども、その類の一人なのだろう。

---

**690Isogawa Takuji** : 2014/04/13(日) 17:10:22.30ID:4eZXa5YH0

斬り返しでは、球を受ける際に、身体を浮かして、球の勢いが、体重の移動でも吸収されるようにして、球が足に留まったら着地

して、蹴り返すようにする。球が止まるというのは地面に対して止まっていることで、球を留めるというのは、足に球が吸い付くように留まっていて球は足と一緒に動いていることを意味する。

---

**691Isogawa Takuji** : 2014/04/17(木) 20:34:16.31ID:zsaLAgJW0

今日の練習。斬り返しの練習をしていたが、コーチは生徒を巡回させて相手をし、球の触り方やタイミングの取り方を目で見せる必要がある。同じ相手よりも、順番に違う相手とした方が良い。

---

**692Isogawa Takuji** : 2014/04/17(木) 20:39:04.37ID:zsaLAgJW0

今夜の練習。コーナーキック。ゾーンディフェンスで練習をしていたが、全員が球の方を向いて、攻撃側に背を向けていたので、守備側の背後に球を落されて失点しそうになっていた。1人は、ファー側のポストの前に立ち、球と攻撃側の人とを同時に見て、球と人とを遮断したり、球と門との間を遮断する走り込みをした方が良いのではないかと。ジャンプをしての空中姿勢での体当たりで当たり負けせず、着地も上手な人が担当となる。

---

**693Isogawa Takuji** : 2014/04/17(木) 22:20:13.70ID:zsaLAgJW0

そのように、ゾーンディフェンスは、中学生までなら構わないが、高校生以上になると、選手を危険に晒すことになるので、作戦としての採用を控えた方が良い。衝突までの距離が長くなり、激突する危険が高いからである。田坂和昭氏が、そのような守備作戦を敢えて採用している原因は何であろうか。

---

**694Isogawa Takuji** : 2014/04/18(金) 08:49:50.27ID:J74w3ffQ0

ゾーンディフェンスでは、不測衝突や突進激突が多発する危険がある。マンツーマンディフェンスに変え、衝突する相手との距離や速度を選手個人が測れることが望ましい。組織対組織の衝突は激烈になり易く、個人対個人の衝突では、双方に安全への配慮が働く。

---

**695Isogawa Takuji** : 2014/04/23(水) 08:43:36.13ID:FUUb5As40

昨夜の練習。中学生。個人によって、また、身体的な成長により、筋肉や骨格の限界性能は異なるので、その限界を知って練習することが必要である。その限界を知るためには、徐々に速度や精度



を上げていく必要があり、個人での壁当練習が必須となる。

限界性能は、筋肉や骨格の太さによる丈夫さであり、それを把握して、限界以上のことをさせないようにすることもコーチの仕事である。学年を分けて練習することで、上級生の試技を下級生が不用意に真似や模倣することを防止する効果がありそうだ。

---

**696Isogawa Takuji** : 2014/04/23(水) 08:52:07.07ID:FUUb5As40

骨格や筋肉への負荷が強すぎると、背が伸びなかったりもするので、コーチは適度に負荷軽減をし、ランニングやストレッチのみとする期日を設定させるなどして、負傷予防や成長促進に務める必要もある。

---

**697Isogawa Takuji** : 2014/04/23(水) 10:23:22.48ID:FUUb5As40

視覚的には、小学生と中学生と高校生と成人との骨格模型を用意したり見学させたりして、その骨の太さの違いから、やっていいこととやってはいけないことの違いを、学習させるという方法もありそうだ。学校の理科室に成人の骨格模型がある。大腿骨以下の足腰の骨格群は常備した方がよい。動きがリアルな方がよいが値段が高いだろうか。

---

**698Isogawa Takuji** : 2014/04/24(木) 21:52:44.58ID:yB3h9zIV0

今夜の練習。高校生。シュートの際には、足の速度が速く、球の静止状態や別方向への慣性に対する加速で、球が滑るので、球の表面を撫でるのではなく、球に足をしっかり入れて、つまり、球を真っ二つにするように凹ませ、球が足から滑らないようにする必要があるので、その方が、球の半径も小さくできるので、足の制御も小さくできる。

---

**699Isogawa Takuji** : 2014/04/25(金) 21:29:47.40ID:chQrbeZc0

真っ二つに斬る練習は、百均のゴムボールでやれば、滑りや揺れを視覚的に捉えるに最適であるし、足腰への衝撃も少ないので、負傷予防にもなる。球を斬り裂いても百円である。

---

**700Isogawa Takuji** : 2014/04/25(金) 21:39:32.54ID:chQrbeZc0

追記>>695-697

過去に負傷させたり身長が伸びなかった選手についての責任を、大分FCの関係者は当然に痛感するべきだが、選手の自覚の促進や視覚的に理解が容易な教材を提供する責任が、サッカー協会やJリーグにもある。

実際の選手の骨格を断層撮影装置でスキャンし、3Dプリンターで打ち出して巡回や寄贈する事業活動もあるべきところである。

また、過去に負傷した選手の体験記などを文集に纏めて、選手が読めるようにすることも必要である。

---

702Isogawa Takuji : 2014/04/26(土) 21:50:24.00ID:5UXkxXb90

中央を担当する選手は、ラインを背負っていないので、常に後ろから突っ込まれる危険に晒されている。そのため、常に前に動き、追突の衝撃による打撲や捻挫や転倒などによる骨折を回避するという意識が必要となる。

特に、球を受ける際には、後ろから突っ込まれる危険度が高いので、前に動きつつ体を浮かして、追突の衝撃が、足裏と地面との摩擦で、転倒する方向に向かないようにして、水平移動する時間を稼いで、負傷とならないように、防御姿勢が取れるようにしておかなければならない。

前に動きつつ、体を浮かして、球を受ける技術を、斬り返しなどで、基本練習として徹底しておく必要がある。

---

703Isogawa Takuji : 2014/04/29(火) 09:32:53.51ID:ZSvGjtnK0

<http://ikura.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1397342866/203>

203 Isogawa Takuji : 2014/04/17(木) 20:30:00.06 ID:zsaLAgJW0

今日の練習。スルーパス。走者に有利（アドバンテージ）となるように、球を走者の走路に漸近するように曲げることも必要だが、ダイレクトで行うには球を足に吸い付くように留める斬り返しの技術が必要である。球の来る勢いをスピンに転換させて、走路に落として転がすという方法もある。

紅白戦。相互の距離感が固定的で狭いので窮屈になっていたので、距離感を伸縮自在にしつつクリティカルパスの速度や角度を臨機応変に変化させる練習方法が必要である。

単純に、様々なパス交換の練習での基準点となるコーンやマークを、アシスタントコーチが、伸縮自在かつ臨機応変に動かして、距離や角度を変化させていくという方法で良いのだろうか。少しやらされ感が漂いそうなので、自主的に変化させる意識付けの方が良いのだろうか。

「足下をおろそかにするな」と言われることが多いようだが、”足下を見ずに蹴れるようになれ”と言うほうが正しい。球が足に当たってからでも、角度を5度ぐらいは調節できる。目線を水平にして、周囲を見ていた方が、ミスパスというよりも対戦相手にカットされる事態を減らせる。

---

705Isogawa Takuji : 2014/05/03(土) 20:54:26.22ID:Qi0VTsdB0

今日の試合。U18対大津高校。審判の基準がアマ基準だったので、プロ基準ではフェアになる接触プレーや体当たりが、アマ基準では激しいと判断されファールとなるが多かった。審判の基準を見極めてプレーすることも必要である。

風下に立つ場合、対戦相手の方が有利なのだから、しんどくても、キープする目標ラインは、前を意識した方が良いと思うのだが。

---

706Isogawa Takuji : 2014/05/07(水) 23:34:17.39ID:rIPJ1tF10

2014年5月5日 読売新聞 朝刊10面

成長期とスポーツ 3/6 腰椎分離症 MRIで診断

腰椎分離症患者の多くは、身体が柔軟でなく、特に太もも裏側の筋肉が硬いという。この影響で骨盤の回転動作が妨げられ、代わりに腰椎を動かすため腰を痛めやすい。川田さんもどららかという身体が硬く、西良さんは「けが予防のため、肉体改造をして戻ろう」と励ました。

1か月後の診察。大きな変化があった。立って前屈すると指先が床に触れる程度だったのが、手のひらがぴたりとついていたのだ。母の環さん(47)がインターネットで目にした。”裏技ストレッチ”の効果だという。しゃがんで足首を握り、胸部を太ももに寄せた状態で膝を伸ばし、10秒間保持。これを朝夕10回ずつ続けたところ改善が見られたのだ。

<http://www.geocities.co.jp/ksairyo/>

---

707Isogawa Takuji : 2014/05/08(木) 08:24:12.15ID:P/Gz2J0d0

球をこね回すのは、幼少期にリフティングの練習をさせるため、緊急事態で条件反射的に球を浮かせてしまうことが原因である。幼少期のリフティングは、むしろ禁止した方が良い。水平方向に球を飛ばすことを条件反射の基本とするべきである。

---

708Isogawa Takuji : 2014/05/09(金) 00:22:10.39ID:qw08vYtv0

今夜の練習。Jリーグの試合とは異なり、相手の情報が無いこともあるので、ショートパスなのかロングボールなのかの選択は、相手の様子を見てから決めなければならないこともある。終盤では疲労が蓄積しているので、通常は、ロングボールをボックスに蹴らせるものだが、TVゲームやTV解説者の感覚では、無限のスタミナが選手にはあるらしい。

---

710Isogawa Takuji : 2014/05/09(金) 23:24:19.12ID:qw08vYtv0

2014年5月9日 読売新聞 朝刊19面

医療ルネサンス 成長期とスポーツ 6/6

才能つぶさず長い目で 奥脇透さん

――身長伸びが著しい時期の障害は。

「目立つのは、骨の両端にある成長軟骨という部分が傷ついて起きる『骨端症』です。骨が伸びるのは、成長軟骨で盛んに細胞分裂が起きるためですが、この部分は外からの圧力に弱く、ひねりや反りの動作を繰り返すと、その負担で亀裂が入って痛みが出ます」

「骨と骨が接する関節部分で起きやすく、野球選手の野球肘、バレーボール選手などに多い、膝のオスグッド病などがあります」「痛みはじわじわと来るので、子どもは我慢して運動を続け、悪化させてしまいがちです。初期なら痛む場所に負荷をかける動作をやめれば治ります。サインを見抜き、患部への負担の小さい練習メニューに切り変える工夫も大切です」

国立スポーツ科学センター副主任研究員 整形外科医

---

**711Isogawa Takuji** : 2014/05/09(金) 23:27:18.07ID:qw08vYtv0

リフティング弊害論が気に食わない元サッカー選手が多いようだが、撫で回すリフティングは間違いで、撃ち突くりフティングが正しいということ、玄人の指導者から教えてもらえなかったのだろう。 >>709

---

**712Isogawa Takuji** : 2014/05/09(金) 23:34:34.02ID:qw08vYtv0

理由は、球と足との摩擦係数は、降雨や散水で変化するが、足を球に衝突させる衝撃は、降雨や散水では変化しない。このため、摩擦に依存した撫で回すリフティングは、状況変化に対応できず失敗の原因となる。

中学や高校となって、速度が速く回転が速い球に対して、摩擦でコントロールすることは困難であり、球の中心を的確に突いて、球をコントロールできる技術が要求されるようになる。 >>709

---

**713Isogawa Takuji** : 2014/05/09(金) 23:43:01.73ID:qw08vYtv0

玄人の指導者なら、選手のプレースタイルに合った身長や体格を構築できるように指導することも必要なことである。 >>709

---

**716Isogawa Takuji** : 2014/05/10(土) 20:29:31.43ID:W7GbrM5T0

小中学生の段階からユースは関与しているのだから、そのような言い訳は通用しない。 >>714-715

---

**717Isogawa Takuji** : 2014/05/10(土) 20:47:08.18ID:W7GbrM5T0

今日の試合。球を空中で更に曲げたければ、球に足を線で入れるのでは無く、球に足を点で入れる必要がある。

---

**719Isogawa Takuji** : 2014/05/10(土) 23:22:37.38ID:W7GbrM5T0

伸ばすことには本人の特性で限界があるかも知れないが、縮めることがあってはいけないということ。読解力不足にもほどがある。あなたに教えた人は、苦勞しただろう。 >>718

---

**722Isogawa Takuji** : 2014/05/11(日) 11:11:40.76ID:n5PcI1Va0

本来伸びるべき身長や体格や技能を、不適切な指導で伸ばせないことを縮めると書いているので、あなたの反論は、いちゃもんに過ぎない。 >>720-721

---

**723Isogawa Takuji** : 2014/05/11(日) 11:16:37.58ID:n5PcI1Va0

九州から人材流出をさせるための作戦として、関東や関西の大学や高校に勝てないように間違っただ指導を信じている指導者を送り込み、植民地化しているのだろうか。 >>721

---

**726Isogawa Takuji** : 2014/05/11(日) 18:11:36.43ID:n5PcI1Va0

指導者は、自分が学生や現役の時代の技術から進歩していくことを受け留めなければならないということ。生徒や選手を抑圧して萎縮させてはいけない。 >>724-725

---

**728Isogawa Takuji** : 2014/05/13(火) 23:09:06.49ID:4VaWDWws0

今夜の練習。中学生。半面での試合形式。ショートパスやロングボールでの戦術練習。歩数が合わないところを歩幅を短くすると足が長く出ず、強く蹴れなくなるので、歩数を少なく歩幅を長くする計算力が必要。

---

**729Isogawa Takuji** : 2014/05/15(木) 22:25:56.33ID:T9DAbaco0

今夜の練習。高校生。攻守の切替や均衡が整ってきているので、ますます、相手を観察して配球や走行の経路を発見する技術力と認識力とが要求される。

選手相互での重複の防止は、先発ではもちろん必要だが、交代の場合には、守備に過負荷が発生する危険があるので、監督の配慮が必要である。

---

**730Isogawa Takuji** : 2014/05/15(木) 22:39:07.76ID:T9DAbaco0

今夜の練習。女子。男子と比較して、余計な動きや無駄な動きが多く、揺れや振れが、精度を低下させている。剣道では、掛かり稽古というかなりきつい稽古をして、余計な動きや無駄な動きをすると疲労が累増することを利用し、余計や無駄を削ぎ落とすということをするが、サッカーでは、どのようにするのだろうか。



掛かり稽古と同様に、一直線上の中央に対してパスをして、走行者は、10m程度を往復し、中央にパスをし続けるとか、二等辺三角形や正三角形で1辺が5m~10m程度をマークして、頂点から配球し、底辺を往復して、頂点に球を返球する練習をしてみるとかがありうるが。10往復を1セットにして、ローテーションを組んで交代し、10組程度だとどの程度の運動強度になるのか。

剣道の場合は、男女混合で練習するので、女子も男子と同じ練習をするが、女子だけの場合に、それが可能なのか不明ではある。いずれにせよ、体軸の揺れや振れを無くしていかないと、必要な精度が出ない。ランの精度とターンの精度により、速度や位置の認識力を高める。往復者はワンタッチ、中継者は往復者の状況を見て球を送る。

---

**735Isogawa Takuji** : 2014/05/22(木) 22:54:30.44ID:gnndvNOE0  
追記>>730

高速ランからの高速ターンで、着地の位置や方向を調整するために腕を開いてしまうと、ハンドの反則を狙われることがあるので、高速ランからの高速ターンであっても、脇を締めて正確な位置や方向に着地ができるように練習しなければならない。

---

**736Isogawa Takuji** : 2014/05/23(金) 20:46:25.39ID:mjeK8gX40

今夜の練習。高速で飛んでくる球や滑ってくる球に対して、太く足を当てると、力が分散してどこへ飛んでいくか分からなくなるので、細く当てる必要があるが、爪先横では足首が勢いに負けてしまうので、もちろん、強くして負けないようにする必要があるのだが、土踏ますのところを使う方法がある。

土踏まず横と足裏との90度の角度を、45度傾けて、球の中心に当てると、球に細く足を凹り込ませることができる。逃え向きに湾曲しているので、上手く嵌まれば接触時間を長くできる。

---

**737Isogawa Takuji** : 2014/05/29(木) 00:00:26.71ID:spkn/I6u0

今日の練習。斬り返しが続くようになってきた。試合形式の練習でも、ワンタッチを優先し、トラップでも、相手が居ない方に球を転がして、自分にワンタッチでパスをする練習をすると、良い習慣が身に付く。小学生。

---

738Isogawa Takuji : 2014/05/30(金) 22:01:38.59ID:P/jQ89VS0

今夜の練習。スパイクに依存して後ろ足で蹴る走り方をしていると疲労が嵩むので、前の足で地面を掴んで引く走り方をした方がよい。その方が目線の水平も安定する。

接触プレーにおいては、相手との衝突は臀部で行うようにして、球が自分の前に来るように空中で旋回する。 >>397

---

739Isogawa Takuji : 2014/05/31(土) 11:06:01.48ID:kg8pVy640

追記>>737

斬り返しで球が浮く人は、足を斜めに球へ向かわせるため浮いてしまうので、足を垂直に上げてから、水平に球へ向かわせると、球に上向きの力が働かなくなり、球が浮かなくなる。

---

741Isogawa Takuji : 2014/06/02(月) 21:44:04.51ID:6G+5PTwu0

追記>>738

前足駆動の方が、旋回動作に早く強く入ることができる。自動車レースでも、FFとFRの適性は異なるので、人間が走る場合も状況に応じて使い分けることになる。

---

742Isogawa Takuji : 2014/06/02(月) 22:36:11.66ID:6G+5PTwu0

追記>>741

去年のトップチームは、陸上短距離のコーチングで足を高く上げ後足駆動の走法を指導したため、旋回性能や回転性能が低下し、成績低迷の原因となった。

---

743Isogawa Takuji : 2014/06/03(火) 22:48:05.18ID:YVhkgFhU0

今夜の練習。中学生。今夜は雨上がりだったので、球が濡れて、摩擦を使った蹴り方では誤差が大きくなっていた。ボールの表面に付着した水滴で摩擦係数が不安定になっているので、ボールに一定であることが保証されている反発係数を利用して、球と足とが衝突する反発を使用した蹴り方をしなければ、精度を確保することができない。

球を止めたり留めたりする場合でも、反発を使用すると球の動作が大きくなりがちであるところを、間接作動や体重異動で反発を緩衝や吸収するなどの技術が要求される。リフティングは、空中の球を正確に受ける練習として有効だが、撫で回すジャグリングをしていると、球が滑って受けられなくなる。

---

**744Isogawa Takuji** : 2014/06/03(火) 23:03:53.91ID:YVhkgFhU0  
2014年5月25日 日本経済新聞 朝刊17面(抜粋)

摩擦に関するアモントン・クーロンの法則では、摩擦力は垂直にかかる荷重に比例する一方、物体の底面積には無関係に決まる。また物体の速度によらず動摩擦力は一定だ。しかし、そもそも摩擦力はどのような仕組みで生じるのかはまだ明確でない。

アモントン・クーロンの法則が成り立たない場合はあることも分かってきた。松川教授らは静止した物体に力を加えると、全体が動き出す前に物体の一部が部分的に滑っている前駆滑りという現象を解析。法則では荷重によらず一定なはずの摩擦係数が、加重が大きくなると小さくなることなどを見いだした。

<http://www43.tok2.com/home/isotaku503/sahyou/Trinita/article/2014/>

---

**745Isogawa Takuji** : 2014/06/05(木) 21:25:37.59ID:19RBh3wm0

今夜の練習。高校生。今日も雨上がり。ボールには水滴だけではなく、ゴム片や人工芝の切れ端も付着するので、球の扱いが摩擦では誤差が大きく使えないので苦労していた。球ばかりを見て、人を見なくなり、苦し紛れにとりあえずスペースに球を流し込むプレーが頻発して、球を失うことが多かった。

梅雨の時期は、コート状況に左右されない精度の高い反発法での球の扱いを確認するに最適な季節なのだろう。人を見なくなると、チームメイトに「じっとして欲しい」という願望が伝染してチームの流動性が下がり、相手に球筋を読まれ易くなる。

---

**748Isogawa Takuji** : 2014/06/06(金) 08:17:00.41ID:J+JP3NEg0

私に難癖を付けていたのは、大宮アルディージャのサポーターのNTT関係者だったのですか。通話履歴が外国勢力に漏洩され、日本企業や日本政府の指揮命令系統を把握し、顧客や取引の略奪

だけでなく、意思決定にまで介入していたことは事実です。

---

**750Isogawa Takuji** : 2014/06/07(土) 20:35:17.76ID:3pXQaV5A0  
追記>>741

前足駆動と中足駆動と後足駆動では、回転する場合の体軸の位置や角度が変化するので、それぞれについて、回転法や反発法での精度を確保する練習が必要である。

---

**753Isogawa Takuji** : 2014/06/08(日) 07:20:34.51ID:ki19s5aG0  
言っていることや書いてあることが理解できないと、相手が悪いと決め付ける思考力や言語力が低い人間の特徴があなたにも表れているようだ。>>751-752

---

**756Isogawa Takuji** : 2014/06/09(月) 08:31:19.98ID:eXGM9AZ0  
NTT内部でも、ヤクザや暴力団のような態度の人間が、「オレの言っていることが分からないのか」とスゴむようなことがあるが、そういうことを書いているのですか。そのような脅しに屈しないと、「コミュニケーション能力が無い」とされ、倒錯した「評価」になるようだ。>>755

---

**757Isogawa Takuji** : 2014/06/09(月) 08:36:45.10ID:eXGM9AZ0  
追記>>756

監督が選手を脅すような表現が、試合中に発せられることもあるが、そのような脅しでしか選手を動かさない監督の力量に問題がある。そういう監督に指導された選手が、会社に入っても、部下や上司や同僚を脅して動かそうとする悪循環がある。

---

**758Isogawa Takuji** : 2014/06/10(火) 23:05:43.56ID:+OE4FuL40  
今夜の練習。強く弾いてオーバーしてしまう人は、斬り返して、球を受けて、後退する体重移動や脚の受け回転や股関節の開きで球の速度を一旦ゼロにしてから、体幹の力だけで球を送り出すという練習をするべきである。

760Isogawa Takuji : 2014/06/12(木) 08:51:20.70ID:WtLPDwGD0

スポーツ界では、通常、キチガイ、というのは褒め言葉である。

まだ、N T Tのスタッフが暗躍して、犯罪の被害者や目撃者の親告や証言を「妄想」や「幻覚」ということにして、精神科医を動員しているのだろう。 >>759

---

762Isogawa Takuji : 2014/06/12(木) 10:10:58.21ID:WtLPDwGD0

サッカーでは、どのような実例があるのですか？ >>761

---

764Isogawa Takuji : 2014/06/21(土) 22:09:47.52ID:px4HerVm0

N T T内部にもヤクザにいて、逆らうと「キチガイ」と呼ばれることがあった。 >>763

---

766Isogawa Takuji : 2014/06/25(水) 08:55:06.01ID:12ulg6zl0

選手の育成や選抜において、「上手さ」よりも、高速でのランやターンで斬り返しても、身体が揺れたり振れたりしないで、精度の高いパスやシュートを撃てる選手を育成や選抜する必要がある。様々な人々の欲求を満たしても合成の誤謬が発生しただけだった。 #daihyo #代表

頭の良い選手は、自分の考えがあって、監督にも逆らうが、頭の悪い選手は、自分の考えが無いので、監督に従うしかない。そこを勘違いした監督が、「俺に従う（「俺を理解する」）のは頭が良いからだ」と勘違いすることも問題である。頭の悪い選手ほど演技をする。 #daihyo #代表

---

767Isogawa Takuji : 2014/06/27(金) 09:21:28.71ID:1tvPA9gi0

走りこんで前で受け、前に居るD Fに仕掛けて、剥がして抜けてシュートを撃つ練習をしなければならないし、相手に身体を当てて回り込む練習も必要である。サッカーだけでなく剣道とダブルスクールしてはどうだろう。体当たりや距離感（間合い）の練習になる。 #daihyo #代表

---

768Isogawa Takuji : 2014/06/27(金) 09:22:10.25ID:1tvPA9gi0

アジア勢の敗退。組織に従順であることを要求される弱い立場の選手を幾ら集めても、弱い組織にしかならないことが証明された。組織を優先する上司が、部下の個人を尊重しない職場も、企業を劣化させる。何か型を決めて、それに嵌める組織は弱い。

#daihyo #代表 #worldcup

監督や上司がコントロールしやすい個人や組織は、対戦相手からも容易に打ち破られるのである。相手にとって、次の動きの予想が容易であり、待ち伏せや困り込みを食らう。電話会社から通話履歴を入手した外資系が日本企業を潰したのと同じ。

#daihyo #代表 #worldcup

安倍政権の米軍関係者への傾倒が凄まじい。戦災孤児を救済した米軍関係者を「正義の味方」と誤認。大日本帝国軍は、英米企業の傀儡として朝鮮や中国を襲い、中国が屈服すると、かませ犬であった大日本帝国を壊滅させた。2014年6月27日朝日新聞朝刊1面。 @asahi\_kinyu

ゾーンディフェンス重視の論評だが、選手の個人が、対戦相手の配置や作戦を見抜き、最適な配置を組み替える判断ができ、相互にコミュニケーションできることが必要。監督の指示で組み替えても間に合わないし、想定外の事態に対応できない。

#daihyo #代表 #worldcup

相手の想定外の攻撃や守備の配置や作戦を、選手が考えて行えるようにするという指導法や練習法を、指導者が考えることができない。想定外の作戦や守備が出ると、対応できないことを隠そうとする。 #daihyo #代表 #worldcup

<http://gazfootball.com/blog/archives/2014/06/26/post-5131/>

---

769Isogawa Takuji : 2014/06/27(金) 09:32:32.58ID:1tvPA9gi0

環境については、食事はどうだったのだろうか。地域によって、生水や土壌に生息する細菌やウイルスが異なり、農畜産有機物の組成や身体の免疫対象も異なるので、食材は日本から持ち込み、飲料水や調理水にも浄水器持参や煮沸消毒が必須である。

#daihyo #代表 #worldcup

世界各地から集合した代表選手は、各地の農畜産物で食事をしているので、その地域の水質や土壌が生産する農畜産物の有機物で筋肉が組成されている。選手の活躍地域の食材が最適。日本産で揃えるのなら、数ヶ月前には日本に帰国しているべき。

#daihyo #代表 #worldcup



---

**770Isogawa Takuji** : 2014/06/27(金) 09:33:50.97ID:1tvPA9gi0

昨夜の練習。ラストパスは、対戦相手DFの隙間を通すランナーとゴールとを結ぶ一直線上に、置くか落とすかして常にランナーがシュートできるようにする。王手飛車取りでなければ、飛車も取れない。その飛車のポジショニングがパス選択肢やシュートの囷（おとり）として相手DFを牽制する。

---

**774Isogawa Takuji** : 2014/07/02(水) 07:58:13.16ID:OVou0Kjk0

昨夜の練習。中学生。小局での対応で、視野や行動の範囲が少し狭くなっているで、大局での着眼も必要。ゴール前に侵入したらシュートするか、後ろに戻すのであればダイレクトでのシュートが必要。セカンドボールを狙う練習にもなる。

昨夜の練習。女子。ダイレクトボレーでは、球を見ずに蹴るので、球の軌道を正確に予測する必要がある。身体を水平に一回転させ、セカンドボールに備える意識も必要。

---

**777Isogawa Takuji** : 2014/07/03(木) 22:37:59.92ID:Mzlt/UK10

今夜の練習。中学生、蹴る瞬間に見えている範囲と見えていない範囲との判断や精度の差が大きいので、首を頻く振って、予想や予測の精度を高めて、その差を小さくする必要がある。

首を頻く振っても体の軸が揺れたり振れたりしないようにする、姿勢や筋力も必要。転び方は、空中で身体を水平にして、両手を着き、前に滑らせるようにする。

---

**778Isogawa Takuji** : 2014/07/03(木) 22:38:51.85ID:Mzlt/UK10

今夜の練習。女子。ファーストタッチで対戦相手の守備を剥がすと同時に、シュート点を特定し、その点でシュートするにおいて、できるだけ多くのシュートコースを確保しつつ、四隅の一つの隅に的を絞ってシュートする。体勢の差分を小さくして対戦相手に読まれないようにする。

その場合、対戦相手が、猝に飛んだシュートコースを読み防いだとしたら、ナイス・ディフェンスやナイス・キーパーであるようにする。シュートは、空振りしたら空中で一回転するように蹴り、球が足にジャスト・ミートしたら身体の回転が止まり、その運動エネルギーがすべて球に乗り移るようにする。

---

781Isogawa Takuji : 2014/07/15(火) 22:24:16.80ID:VrYmXvJP0

今夜の練習。中学生。密集での浮き球や弾み球に対する斬り返しの精度が出ない原因は、軸足が着地する以前に、素早く球を捌く必要があるためである。

軸足の足裏と地面との摩擦を、完全に着地している状態では1とすると、0~1の間を変動しているため、摩擦を使う回転運動では誤差が出る。

完全に着地して斬り返す練習から、跳躍して上昇する段階で斬り受けして、下降する段階で斬り返してから、安全に着地する練習へと進歩する必要がある。上体の姿勢の安定と、体幹の捻転だけで足や球を制御する必要がある。

ワールドカップのオランダ対ブラジル戦で、ロッベン氏がPKを取った直前に、ファンペルシー氏が球を素早く斬り返したプレーがあった。

身体を上昇させつつ球を斬り受ける際に球が費用以上に浮かず、身体を下降させつつ球を斬り返す際に球を弾ませないようにするところが難しい。

---

782Isogawa Takuji : 2014/07/17(木) 22:38:55.66ID:XCran6pG0

今夜の練習試合。女子。人の動きが遅いか止まっている中盤では球を回せるが、人の動きが速くなる前線では、人が走っても届かない場所に蹴ってしまい、外に出すか、奪われるかのどちらかであった。

練習としては、人が全速力で走って球を受けるきつい練習をするか、その人に見立てて、走っている速度と同じ速さの球を転がし、その球に斜めに球を当てる練習をするのか、どちらかである。

球種は、ゴロから始めて、ライナーやロブもできるようにしたり、フリーの状態で当たるようになったら、ディフェンダーに見立てたコーンを置いて、その隙間を通したり、実際にディフェンダーの人を配置して対応状況を確認したりする。

球が転がした球に当たらなくても、許容範囲があるか、その後のシュートや折り返しの精度まで考えて、きっちりと球を当てることを考えるかで、意識が違ってくる。

---

**784Isogawa Takuji** : 2014/07/31(木) 23:42:39.86ID:qrLm8sS50

今日の練習試合。女子。攻撃のパターンを増やすための練習試合なのだろう。他の試合を研究し、攻撃パターンのアニメーションで説明できると良さそうだ。パワーポイントなどで作製できるが、市販のアニメーションもあるのだろうか。

ライナーの蹴り方は、球速が最優先なので、球の中心を凹ませるように蹴り込み、フォロースルーで球を前転させるようにすると、揚力が上向きに掛かり、水平飛行時間を延ばし、キーパーの手を弾くこともある。球の回転による揚力で球を揚げるようにする。

---

**786Isogawa Takuji** : 2014/08/02(土) 08:13:41.46ID:s9WV/vRv0

国体女子と知覚しているが、理解とは何だろうか。ただ、知覚をしているだけのことを、あなたは、認識とか理解とか思っているのだろうか。それは間違いである。百言は一蹴に如かず、ということもある。 >>785

---

**788Isogawa Takuji** : 2014/08/04(月) 09:49:31.91ID:uHPH19Gn0

追記>>784

球への回転の与え方は、球速の風圧で風車（かざぐるま）が回るように回転するため、球の回転する方向のきっかけを与えるようにする。学校の夏休みの自由研究の課題にするには、映像で撮影しての確認が必要だろう。

---

**790Isogawa Takuji** : 2014/08/05(火) 23:30:01.76ID:vx02+S030

今夜の練習。女子。配球交換練習で、実現困難な目標を設定すると、苦しくなって楽をしようとして、対戦相互で作ってしまうことがあるので、そのような質を落とすような練習をさせてはいけない。苦しいところを乗り越えさせるようにする工夫が、進歩や発展を生む。頭の使わせ方を考えなければいけない。

パスやシュートのスピードが遅いので、足や脚を先に動かすのでは無く、先に頭やと腰を水平に動かす必要がある。そうすると、体重が足や脚に乗るので、球速が上がる。まずは3歩から始めて、2歩→1歩→0歩へと技術を高める必要がある。

---

**791Isogawa Takuji** : 2014/08/08(金) 00:12:38.33ID:pbUU8sYV0

今夜の練習。国体女子。試合形式の組織練習で、戦術確認のために形を作るために守備を緩めるのは構わないが、パス交換練習で緩めては練習にならない。

守備対応によって発生するズレが、攻撃のミスを生発するので、それを修正するためにムリな力を使うことがケガの原因になったりもする。

それらのズレによるミスやムリを減らすために身体を大きく動かしておくことで生ずる懐（ふところ）の深さや幅（はば）の広さが、ケガの予防になる。

---

**794Isogawa Takuji** : 2014/08/08(金) 12:39:45.93ID:pbUU8sYV0

なぜ、あなたが、このスレの用途を決めているのですか？卒業をしたら加入することもある。>>792-793

---

**797Isogawa Takuji** : 2014/08/11(月) 18:32:15.90ID:0U17HtX50

今日の練習。大きな試合では、緊張や興奮で忘我すると、周りが見えなくなり、条件反射的に自分たちのやりたいサッカーをしてしまうので、冷静沈着に周りを見て、思考判断で自分たちがやるべきサッカーをするようにした方が良い。やるべきサッカーが、やりたいサッカーになるように。

---

**799Isogawa Takuji** : 2014/08/17(日) 08:36:54.27ID:8TLCXJm0

U15。名古屋に7-0で大敗して、決勝トーナメントへの進出が絶望的であるようだが、指導者の守備意識の不足が問題である。皇甫官氏が攻撃的な指導をしていた悪弊であるだろう。守備意識の高さを導入する必要があるだろう。攻撃的一方では強豪に舐められ、守備意識の高さを揶揄されただけで挑発されてしまう。

---

**800Isogawa Takuji** : 2014/08/17(日) 12:29:32.40ID:8TLCXJm0

スタッツを見る限り、攻撃の組み立ての精度で、劣っていたようなので、攻守の緻密な組み立ての精度を高めていく必要がある。

[http://jcy-result.info/jcy/view/s.php?a=37&f=2014J0053049\\_stats.html](http://jcy-result.info/jcy/view/s.php?a=37&f=2014J0053049_stats.html)

---

**801Isogawa Takuji** : 2014/08/19(火) 22:20:10.32ID:xVvN2Qbb0

今日の練習。女子。試合形式。劣勢側は、攻撃の種類が少ないので、優勢側にポジショニングを読まれパスコースを読まれると、過剰に守備的に陥り、相手に近づきすぎて、相手の陣形に従属的にされてしまい、パスの精度も低いので、球を奪っても、攻勢に転ずることができず、序盤の元気は、中盤から終盤にかけて沈む一方に凹んでしまった。

作戦観や距離感や制球力の向上が必要であり、第一に、制球力としてのキックやトラップの精度が大前提なので、斬り返しで球が浮かないように真っ直ぐ転がしたり飛ばしたりすることができるようにする必要がある。

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/684>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/690>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/691>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/702>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/703>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/737>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/739>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/758>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/766>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/781>

---

**803Isogawa Takuji** : 2014/08/20(水) 21:56:57.67ID:y1Q0mnxH0

追記>>801

プロを目指すなら、自主練習して、全ての方向から来るあらゆる球種の球を、全ての方向へと球種を変えて送り出す技術の習得が求められる。

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/375>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/386>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/459>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/462>

---

**807Isogawa Takuji** : 2014/08/24(日) 21:34:23.63ID:cQJsTEKD0

生徒や選手の言語能力（リテラシー）は、教師や監督の言語能力や知識や技能の影響を受けているので、その言動や行動を観察していれば、教師や監督の問題点や改善点を把握することができる。

骨格や筋力にも影響する。人工芝の定期的な張替も必要。

>>804-805

---

**808Isogawa Takuji** : 2014/08/24(日) 21:37:51.24ID:cQJsTEKD0

清武弘嗣氏の著書である明日への足音によると、彼は高校時代に度重なる骨折があったそうだ。監督の管理能力不足に原因があり、骨の成長における軟化への配慮が無かったためであろう。言語による認識や表現にも研鑽が必要である。>>804-805

---

**809Isogawa Takuji** : 2014/08/25(月) 08:15:11.87ID:6FbZ6Dje0

追記>>807-808

強く速い球をキックするためには、骨が太くて重くなければならぬので、骨を太くして重くするような食事や練習のメニューが必要となる。栄養指導も重要であるし、垂直の振動や衝撃による骨破壊を減らし、水平に早く速く移動する技術が必須となる。

---

**810Isogawa Takuji** : 2014/08/26(火) 09:27:59.62ID:TBivioxv0

夏休みの自由研究で、自分自身が蹴った球が、成功したのか失敗したのかを、撮影した映像で見比べて、何が成功の原因か、何が失敗した原因かを分析すると、練習や試合でのキックやトラップの成功率を高めることができる。

それを文章や図表にすると、論理的に記憶や説明することが可能になり、先輩や監督やコーチとして、後輩や選手に伝えることもできるようになる。

---

**812Isogawa Takuji** : 2014/08/26(火) 22:04:24.97ID:TBivioxv0

今日の練習。縦1 / 3×横1 / 2 ぐらいの4対4 (3対3 + 門守)。ランとキックとの連続性や接続性にズレがあると対応が遅れてしまう。

ディフェンダーは、緊急時に仰角を高くして球をクリアするので、ランでの足の蹴りや腕の振りと、キックでの足の蹴りや腕の振りが縦振りで一致している。

フォワードは、QBKで仰角を低くして球を枠にシュートしなければならないので、ランでの足の蹴りや振りや、キックでの足の



蹴りと腕の振りが横振りで一致していなければならない。

ミッドフィールダーは、場合に応じて、縦振り縦蹴りと、横振り横蹴りとを、判断して使い分けなければならないし、走行距離が長くなるので、両方の筋肉を使い分け、持久力と耐久力とを高めなければならない。空走では縦振り縦蹴りの方が歩幅が稼げる。

練習の最後の100mの全力疾走で、痛みを抱える選手を発見し、早期の治療や適切な指導によって、痛みが深刻にならないようにする必要もあるし、それぞれの専門の走り方について指導をする必要もある。

---

**814Isogawa Takuji** : 2014/08/28(木) 09:55:31.21ID:mzFLZIUg0

ディフェンダーが緊急時にクリアするにおいて、その球が、マイボールに成るかならないかで、大きな違いがある。

マイボールにするに、偶然に任せるのか、周囲を観察して、点として味方の真上に落とすよりも、味方が走って勢いを付け、対戦相手との競り合いで勝てるようにするには、何処に落とすべきかとなる。

対戦相手と味方との距離を観察して、中間線の範囲としての点や線や面を考慮して、判断する必要があるということになる。まず、クリアの精度を向上するために、ダイレクト返球の練習をして、試合形式の練習で試行錯誤するしかないのだろう。

---

**817Isogawa Takuji** : 2014/08/28(木) 22:17:13.38ID:mzFLZIUg0

今夜の練習。縦3／4×横1の試合形式。故意に守備のラインを下げて練習すると、強豪に押し込まれた際の守備の練習になるし、リードされて引き籠もりをしてきた相手の守備をこじ開ける練習にもなる。そして、何が問題だったのかも明らかになる。

---

**819Isogawa Takuji** : 2014/08/29(金) 09:10:58.60ID:0haxuv2D0

個人的なことは、本人に示すようにしているから、ここで書くということはない。 >>816

---

**824Isogawa Takuji** : 2014/09/02(火) 23:07:32.88ID:JACqxunA0

今日の練習。中学生。球を踏んで引いて足元で捌く場合に、下を

向いてしまうと、迷子になってしまうので、球を踏む前に周囲を見ておいて瞬時に捌くか、下を一切見ずに、周囲を見ながら、球を踏んで引いて捌くかが必要である。

事前の判断で予測をすると、その予測が自分自身に好都合だけの幻覚や妄想になってしまうことがあるので、できるだけ、下を見ずに見ながら全ての動作ができるようになることが望ましい。

球を出せる方向が限定的であると、対戦相手に読まれて奪われるので、360度の方向に球を出せるようにすることが望ましい。走りながらだと、球を出す方向が限定的になる選手が多いので基礎練習の課題である。

---

**825Isogawa Takuji** : 2014/09/02(火) 23:17:16.95ID:JACqxnA0

今夜の練習。女子。フィードの精度。高校の物理を学習すると、中心に紐で繋がれて円運動をさせている球を放すと、球は、その放した瞬間の球の位置と円の中心とを結んだ半径に、垂直方向に飛び出すと教わる。

身体動作の制御としては、身体の回転を真円にして、球を受けた位置を若干後ろとして、球と足との接触時間で加速し、等速度の運動にしてから、回転の中心の真横で球を放すと、球は正面へと直進することになる。

---

**826Isogawa Takuji** : 2014/09/03(水) 00:05:13.19ID:Xu193X7X0

高速走行からの配球。走行の歩幅や歩数と球の位置とを合わせることに苦労しているようだ。合わせるために、歩幅を狭くして、歩数を多くすると、蹴る力が弱くなるので、歩幅を広くするには、直線的な歩幅ではなく、円弧的な歩幅を使うことができる。

足の運びを前方への直線では無く、円を描くように、回し蹴りをしながら進むという技術になる。その回した足が球に当たることで、強い球を蹴ることができる。

---

**829Isogawa Takuji** : 2014/09/03(水) 12:58:08.34ID:Xu193X7X0

東京大学が地に墮ちているのは、平松守彦氏や溝畑宏氏で分かりきっていることだろうに、まだ、何か期待しているのだろうか。そのあたりが甘い。>>828

---

**831Isogawa Takuji** : 2014/09/03(水) 19:31:50.26ID: Xu193X7X0

不正や犯罪を指摘や告発すると、その主犯や従犯からは「身勝手だ」と非難される。ところで、私を「身勝手だ」と非難しているのは誰ですか？という堂々巡りになるだけのこと。あなたはその誰かの世話になっているのだろう。 >>830

---

**834Isogawa Takuji** : 2014/09/05(金) 07:06:34.60ID: yg1eF6Av0

能力が低い者が、客観的には自分の担当なのに、主観的に他人の担当だと決め付けて、球をたらい回しにしたりするものだ。時間の無駄になり、そのうち球を奪われる。 >>832-833

---

**836Isogawa Takuji** : 2014/09/05(金) 13:03:14.47ID: yg1eF6Av0

政府や企業の無能な窓口担当者や無能な当直研修医が、「担当は別の窓口です」とか、「今夜は患者を受け容れられません」とか拒絶してたらい回しにするのと同じ。 >>835

---

**839Isogawa Takuji** : 2014/09/05(金) 23:42:59.04ID: yg1eF6Av0

「指導論」というあなた方の表現は、私が、ユースの指導で足りないところを具体的かつ実践的に記述していることを、あなた方が認めたくないということですね。日本人の指導者の全般に足りないことなのだろうか？ >>837-838

---

夜間の練習での負傷で、下手な研修医や無能な藪医者に「治療」されると、余計に悪化するので、信頼できる医師に直接に連絡をしたり、朝まで待って治療した方が良いこともある。 >>837

---

**841Isogawa Takuji** : 2014/09/06(土) 00:44:24.56ID: f1pbKSv30

研修医も育てなければ藪医者になるので、研修医には有能な熟練医師が助言者や協働者として必要である。そうすればたらい回しにも人殺しにもならない。 >>840

---

**844Isogawa Takuji** : 2014/09/06(土) 07:59:49.35ID: f1pbKSv30

あなたにとっては「主張がコロコロ変わって」「話をそらさんでもらえるかい」に見えるかもしれないが、こちらはそんなことは

していない。あなたの対人的な対応力が不足しているだけである。  
振り回されてばかりいたのでは。 >>842

無能なコーチから、「俺の指示に従え逆らうな」とか「指導論をぶつな」とでも、強権的に抑えつけられて抑圧されてきただけではないだろうか。 >>843

---

**848Isogawa Takuji** : 2014/09/07(日) 07:59:02.83ID:WRc+7yJq0

たらい回しにされないようにすることも、殺されないようにすることも、両方とも、必要であることだから、矛盾はしていない。あなたが、こじつけているだけである。そういう感情だけで動くようなことがあってはならない。 >>845-847

---

**849Isogawa Takuji** : 2014/09/07(日) 08:21:06.76ID:WRc+7yJq0

無能な人間ほど、ルールやマナーを勝手に拵えて、暴力で強制や従属をさせようとするものだ。和歌山の不良少年も、そのような振る舞いをしていたが、そういうヤクザや暴力団の組織で理不尽なルールやマナーを設定して構成員や風俗嬢を隷属させることがあるからだろう。 >>846

---

**850Isogawa Takuji** : 2014/09/07(日) 08:25:01.66ID:WRc+7yJq0

無能な人間ほど、権力や権威で抑圧するものである。知識や技能で相手を説得や納得させることができないからだが。墮落や腐敗している組織では、権力や権威が重視される。ルールやマナーも墮落し腐敗するものだ。 >>845

---

**853Isogawa Takuji** : 2014/09/07(日) 19:28:38.98ID:WRc+7yJq0

あなたに、その話題を振る力が弱いし、そもそも、あなたは練習や試合も観ていないようである。あなたに、それらを言う資質や能力が無いので、苦情や文句ばかり書いているのでは。 >>85

---

**855Isogawa Takuji** : 2014/09/08(月) 21:34:10.82ID:OvQZ6mcz0

ここは、大分ユースのスレなので、私への攻撃や排除はすれ違いである。 >>854

**856Isogawa Takuji** : 2014/09/08(月) 21:37:41.25ID:OvQZ6mcz0

先週の木曜日の練習。小学生。人数が少ないとパスコースの選択肢が減る。パス精度が低い人に、文句や苦情を言ってしまうと、人数が減ってしまうので、寛容にならないと、練習相手がいなくなってしまうこともある。

---

**859Isogawa Takuji** : 2014/09/09(火) 07:53:24.01ID:xqUaldv00

「持論の指導論」では無く、トリニータ・ユースの練習や試合を見て、優良な選手のプレーとの比較や自分自身での実験を通しての意見である。>>857

「下部組織」を権力で抑圧することで、大分県のサッカー界への支配力を強化したい馬鹿が、平松守彦氏の選挙対策として溝畑宏氏にサッカー資金の分配をさせてきたということか。一村一品にしても、残っているのは僅かである。>>858

---

**862Isogawa Takuji** : 2014/09/09(火) 09:08:56.98ID:xqUaldv00

結果が良好なので、そのような批判や非難をされる理由がない。あなたのサッカー観に間違いがあるのだろう。>>861

---

**864Isogawa Takuji** : 2014/09/09(火) 11:59:54.09ID:xqUaldv00

では、あなたが自分で考えた意見を、ここに書いてみては、どうですか。自分で考えた意見も無いのに、氏名も名乗らずに「黙れ」と主張するのは卑怯でしょう。>>863

---

**865Isogawa Takuji** : 2014/09/09(火) 12:02:23.43ID:xqUaldv00

試合の感想でも、強豪チームを過剰に称揚し、萎縮させるような記述が目立つあなた方のことですから。さぞや、立派な指導論や持論をここに書くことができるのでしょ。>>863

---

**868Isogawa Takuji** : 2014/09/09(火) 12:46:46.45ID:xqUaldv00

サポーターや観客の応援には、批判や指導を含むので、あなたのサッカー観が間違っている。>>866-867

---

871Isogawa Takuji : 2014/09/09(火) 22:14:00.97ID:xqUaldv00

今夜の練習。中学生。試合形式。何らかの原因で疑問を解決できなかったり自信を喪失している選手の足が止まるのは当然の権利なので、監督は、その疑問を特定して解決したり、自信の回復を支援しなければならない。練習の途中で、怠慢や怠惰と誤認した行為を難詰しても、問題は解決しないのである。

疑問の原因が、前線から後方への異動である場合は、距離感覚や時間間隔や速度感覚が、大きく異なっているので、そういう目に遭わされた選手から話を聞いて、その感覚を磨く練習方法を調査や研究する機会を設けるなどの対策がある。

---

872Isogawa Takuji : 2014/09/09(火) 22:17:06.95ID:xqUaldv00

今夜の練習。女子。フィードの精度。球離れが遅くて、球を巻き込んでしまう選手は、球離れを良くするために、真円回転の中心を、前方に、等速度運動で移動させるようにすると良い。軸足を地面から離すようにする。

---

873Isogawa Takuji : 2014/09/09(火) 22:22:27.40ID:xqUaldv00

今夜の練習。女子。試合形式。基本練習では成功するシュートが、試合練習ではキーパーに阻まれるのは、キーパーが前に出て来るからである。

キーパーが前に出て来られないようにするには、並行して二人の選手が突入するのだが、守備は、その二人の間に入ってパス交換ができないようにして、キーパーが前に出ることを助けるようにする。

このような条件でできることは、爪先から球の下に足を入れて、球をバックspinさせて、下方揚力で球を落とすループシュートか、その応用で、間に入った守備の上を越えて、第二走者に球を渡してダイレクトボレーを決めるか、というような方法がある。

基本練習で、試合練習での失敗体験や試行経験から学習したことを再現や想像しての練習をする必要がある。

---

874Isogawa Takuji : 2014/09/09(火) 22:27:14.41ID:xqUaldv00

今夜の練習。女子。試合形式。劣勢側は、縦パスの成功率が低い。自陣からの球を、自陣を向いて受けて、球を守ろうとするから、



逆に奪われることが増えるので、球が蹴られた瞬間に、前を向く動作をして、相手の守備の位置を確認し、そのブラインドサイドや両足の間を抜くようにするとドリブルでの牽制になるし、パスコースが発見できる可能性を高めることができる。

---

**876Isogawa Takuji** : 2014/09/10(水) 18:26:27.10ID:Cqn1Rqze0

応援には、批判も指導も含まれるので、ここが適正なスレであり、あなたの考え方や蹴球観に間違いがあるということが、まだ理解できないのですか。 >>875

---

**878Isogawa Takuji** : 2014/09/10(水) 19:30:31.59ID:Cqn1Rqze0

あなたが練習や試合を観ていないから、そう感じるのでは。 >>877

---

**880Isogawa Takuji** : 2014/09/10(水) 19:39:03.00ID:Cqn1Rqze0

あなたの読解力が足りないので、そう感じるのでは。 >>879

---

**882Isogawa Takuji** : 2014/09/10(水) 21:34:13.80ID:Cqn1Rqze0

「読解力が無い」とか「コミュニケーション能力が無い」とか、NTTでもそうだが、大概は、脅迫に屈しないとか、要求を飲まないとか、そういうワガママである。 >>881

---

**883Isogawa Takuji** : 2014/09/10(水) 21:38:04.95ID:Cqn1Rqze0

追記>>872

---

そして、球が真横に来ると同時に軸足の踵を地面に着地させると、身体の前方への等速運動が停止し、球離れが良くなる。

---

**885Isogawa Takuji** : 2014/09/11(木) 07:51:51.96ID:KdeHnJe90

やりたいようにやらせながら、指示が的確であることで、規律が保守されているのが優良な監督。複雑で粗悪で理不尽なルールやマナーを押し付けて、選手の成長を妨げるのが劣悪な監督。 >>884

---

**887Isogawa Takuji** : 2014/09/11(木) 08:27:13.69ID:KdeHnJe90  
追記>>873

そのままライナーでシュートするのか、前に出て来るキーパーの上をループでシュートするのか、並走するディフェンダーの上をループでパスであるのか、対戦相手に見破られて準備をされないように、できるだけ同じあるいは似た動作で、3つができた方が良い。

---

**888Isogawa Takuji** : 2014/09/11(木) 08:30:46.56ID:KdeHnJe90  
では、私に対してではなく、ユースについて書くべきでは。私に対して書くのが、あなたがスレ違っている原因。>>886

---

**890Isogawa Takuji** : 2014/09/11(木) 18:16:43.21ID:KdeHnJe90  
追記>>883

しかし、巻き込む人の場合、片足着地では、相手に押されたり、バランスを崩した場合に、足首や膝をひねったり、腰が歪んだりする危険があるので、片足着地は基本練習でタイミングをつかむためだけとする。

---

**891Isogawa Takuji** : 2014/09/11(木) 18:18:56.16ID:KdeHnJe90  
追記>>890

蹴り方を、軸足を垂直に立てたトの字型から、蹴り足と軸足とを均等に回転させるハの字型へと移行し、等速運動を止める逆位相は、軸足の足を後ろに跳ね上げる動作だけで行えるようにする。

---

**892Isogawa Takuji** : 2014/09/11(木) 22:13:18.06ID:KdeHnJe90  
今夜の練習。アギーレ・システム。招集して最初の段階なので、決まり事が多めになっているため、少し硬直的である。何を減らして、何を加えるのか、それとも選抜用の使い捨てなのか。代表のシステムだからと真似をすることもないが、参考のための試行錯誤としてやってみるのも悪くないし、模擬演習として研究材料になる。

---

**894Isogawa Takuji** : 2014/09/12(金) 11:54:42.42ID:n73g4GB+0  
付記>>872,>>883,>>890-891

ハの字蹴りができるようになると、体重を蹴足側に寄せて重たく強く速く蹴ったり、体重を軸足側に寄せて軽く弱く遅く蹴ったりする、への字蹴りの練習をする。

---

**895Isogawa Takuji** : 2014/09/12(金) 12:14:47.60ID:n73g4GB+0  
ディフェンダーの気質として、フォワードやミッドフィールドの邪魔をすることが、向いているのかわかたが、邪魔しているだけでは、建設的ではない。>>893

---

**897Isogawa Takuji** : 2014/09/13(土) 18:15:32.54ID:YyUCxTGL0  
追記>>895

ビルドアップが苦手な「壊し屋」だけのディフェンダーには限界がある。>>896

---

**898Isogawa Takuji** : 2014/09/13(土) 21:23:24.45ID:YyUCxTGL0  
追記>>873

ボレーシュートでは、キーパーの位置よりも、左右や上の枠への意識で蹴ることができるようになること。球の動向と枠の位置とは物理的に決定されているのだから、その関係性さえ認識できていれば、枠隅に球の方向を斬り返すことができる。

球を捉える意識で足の中心で受けるのか、球を変える意識で爪先や踵でも受けるのかの違いもある。球の性質や置かれた立場で意識は異なっていなければならない。

---

**900Isogawa Takuji** : 2014/09/15(月) 19:23:13.71ID:j/gxCa600  
私がユースを指導しているということになるのですか？見たままに、問題点や改善点を記述している。>>899

---

**902Isogawa Takuji** : 2014/09/16(火) 22:44:52.41ID:avEMGjAw0  
今夜の練習。中学生。相手の上を越す場合には、到達までに対戦

相手が通過空域に到達や跳躍することを考慮して、その身長跳躍の上を越えるように蹴り、確実性を確保すること。相手は、それにより、到着場所を遠方へ導こうとするのだから、バックスピンを掛けて、落として止める（留める）球が必要である。

---

**903Isogawa Takuji** : 2014/09/17(水) 00:08:17.93ID:LHI1YqKU0

今夜の練習。女子。1 / 3 × 1 / 3 の4対4（キーパー有り）。横幅が狭いので、横パスが撫でたり丸めたりになってしまうため、試合形式の練習では、球の芯に当てた強く速い横パスの成功率を下げてしまっていた。横幅は、1 / 2 が望ましい。

---

**904Isogawa Takuji** : 2014/09/17(水) 00:12:43.33ID:LHI1YqKU0

今夜の練習。女子。シュート練習。ゴールの左右上隅を意識した練習だが、女子中学生の筋力や体重では、ライナーで飛ばすのは困難なので、ゴール前のどこからでも枠内を何時でも狙える、という意識付けのために、最も遠くまで飛ばせる蹴り方で良いのではないか。距離や角度や仰角と球に与える力との関係を学習する。

---

**905Isogawa Takuji** : 2014/09/17(水) 00:25:38.94ID:LHI1YqKU0

何処か他所のチームで、持論に固執する指導者の間違った方針に壊されたりしたことがあるのですか？ >>901

---

**907Isogawa Takuji** : 2014/09/17(水) 07:47:31.87ID:LHI1YqKU0

練習内容や選手個人のことを書かせたいということは、あなたは他チームのスパイなのですか？ >>906

---

**909Isogawa Takuji** : 2014/09/17(水) 09:00:54.35ID:LHI1YqKU0

そのような真似をしても仕方がない。書きたければ、自分で見て書くと良い。 >>908

---

**910Isogawa Takuji** : 2014/09/17(水) 09:15:57.71ID:LHI1YqKU0

昨夜の練習。女子。剣道では、手や腕で斬るな、腰や背中中斬れと言うが、サッカーでも足や脚で蹴るな、腰や背中中蹴れと言うことがあるのだろうか。

---

[912Isogawa Takuji](#) : 2014/09/17(水) 10:36:44.14ID:LHI1YqKU0

昨夜の練習。女子。シュート練習。爪先から球の下に足を入れる場合、球の後ろから入れると外に逸れる場合、球の横に爪先から球の下に入れるようにする。

球を真横（3時・9時）で蹴るのではなくて、斜め前方（2時・10時ぐらい）で蹴るようにする。足首での回転方向への角度の調節（開き・閉じの具合）での調整も可能。爪先だけで蹴ると足を痛める。

同一の身体の回転で、球を蹴る位置や足の開く角度で球種を変化させるということ。野球のピッチャーと同じ。

---

[913Isogawa Takuji](#) : 2014/09/17(水) 10:37:43.85ID:LHI1YqKU0

そのルール・マナーは、どこに書いてあるのですか？>>911

---

[914Isogawa Takuji](#) : 2014/09/17(水) 11:52:38.63ID:LHI1YqKU0

追記>>912

つまり、3時や9時の位置で蹴る蹴り方では球が逸れるところを、2時や10時の位置で蹴れば、逸れるたまが正面に行く、ということ。偶然のミスキックを研究すると、必然の変化球にすることができる。

---

[915Isogawa Takuji](#) : 2014/09/17(水) 11:55:51.67ID:LHI1YqKU0

追記>>914

そう言えば、練習場に白い猫が出没していたが、いなくなったのだろうか。たまたまの球を持ち球にしていくということ。最初は球が転がっていたのかと思って見たら、動き出したので猫だった。

---

[916Isogawa Takuji](#) : 2014/09/17(水) 12:36:51.14ID:LHI1YqKU0

追記>>905,>>902

そう言えば、溝畑宏氏の持論は「よく身の丈を超えることをした

らあかんと言いますけど、身の丈って自分で作るものなんです。他人が作るものじゃなくて、自分が作るもの。」であったのだが、そうやって大分FCや大分トリニータは壊された。牛と蛙の寓話もある。 >>911

---

**918Isogawa Takuji** : 2014/09/17(水) 22:52:37.27ID:LHI1YqKU0  
ところで、何が目的で、粘着な書込をしているのですか？ >>917

---

**919Isogawa Takuji** : 2014/09/17(水) 22:57:49.41ID:LHI1YqKU0  
今日のアジア大会のU21の試合。松原健氏を招集した方が良いのではないか。シュートの際に、動いている球は、一度球の芯を足で斬り付けてから、突き刺すか撫で斬りにする必要がある。

---

**921Isogawa Takuji** : 2014/09/18(木) 00:38:16.80ID:/QPhFIwH0  
同じことの繰り返ししか言えない人は、このスレには要らない。進歩や発展の邪魔になるだけである。 >>920

---

**923Isogawa Takuji** : 2014/09/18(木) 08:14:41.12ID:/QPhFIwH0  
学校では、生徒が3年や4年で交代するので、コーチは同じことを言い続けられるが、プロチームでは、コーチも進歩することを要求される。プロチームを相手に試合に勝ち、長年見続けている観客を満足させなければならないからだ。

進歩や発展をしないコーチが、指導法に苦情や不満がある保護者や応援者の意見や提案を、「ルールやマナーに違反している」と妄言をすることがあるが、そのようなコーチは、プロチームには要らない。 >>922

---

**925Isogawa Takuji** : 2014/09/18(木) 09:43:08.30ID:/QPhFIwH0  
ソニーの凋落。欧米市場で現地の広域物流網に依存したブランド経営戦略の罠に嵌められ、ファブレス化や工場の国外移転をしていった結果、技術を奪われた。外資系や移民系は、営業や会計や人事の担当者に権力を握らせて、技術や工場を奪う。社内の派閥抗争や権力闘争を利用して。 #Sony



926Isogawa Takuji : 2014/09/18(木) 09:46:00.49ID:/QPhFIwH0

ソニーというブランドと製造技術。どちらがイチゴで、どちらがショートケーキなのだろうか？イチゴは外から買って来れるが、ショートケーキの味は製造技術で決まる。>>924

---

928Isogawa Takuji : 2014/09/18(木) 09:53:12.86ID:/QPhFIwH0

追記>>926

あなたの喩え話はおかしなところがあり、イチゴにイチゴの十分の一のショートケーキ生地が乗ったイチゴショートケーキを誰が買うのだろうか。そのようなイチゴショートケーキは買われないので売れない。ソニーブランドの紙片を貼り付けた技術力に劣る製品は、信用を失墜させた。

---

929Isogawa Takuji : 2014/09/18(木) 09:58:17.16ID:/QPhFIwH0

つまり、あなたの主張は、トリニータというブランドさえあれば、技術や監督や選手はどうでも構わないという宣伝広告的な発想であり、そのブランドに胡座をかいている愚か者であることを自白している。溝畑宏氏と仕手筋が、そうだったのだろう。>>927

---

930Isogawa Takuji : 2014/09/18(木) 10:04:21.87ID:/QPhFIwH0

あなたの主張は、トリニータという名前を私に使うなという主張なのだろうが、私としては、トリニータの練習を観察して意見をトリニータ向けに書いているに過ぎない。あなたがトリニータのブランドに依存しているので、そういう歪んだ認識をしてしまうのだろう。>>927

---

931Isogawa Takuji : 2014/09/18(木) 10:35:45.70ID:/QPhFIwH0

そのイチゴショートケーキの喩え話で言えば、溝畑宏と仕手筋という腐ったイチゴを載せていたので、ショートケーキまで腐ってしまうようなことになった。監督や選手に迷惑や損害を及ぼしたという反省はしていないのだろうか。>>927

---

932Isogawa Takuji : 2014/09/18(木) 10:40:04.25ID:/QPhFIwH0

追記>>931

ドラマ3年B組金八先生で「腐ったミカンの方程式」という表現があったが、校長や教師が腐って、生徒を腐らせてはいけないのは、そこに上下関係や支配統制があるからである。

---

**934Isogawa Takuji** : 2014/09/18(木) 17:28:30.88ID:/QPhFIwH0

あなたは、誰かにそう言われて書いているだけだから、あなたには考える能力が無い、ということを露呈している。そういう選手に監督はしてはいけない。 >>933

---

**936Isogawa Takuji** : 2014/09/18(木) 22:58:30.40ID:/QPhFIwH0

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1410842749/30>

30 Isogawa Takuji : 2014/09/18(木) 17:34:49.91 ID:/QPhFIwH0

今日の練習。隙間や空地を突いたり、即座蹴踏をする練習。蹴踏の準備として、有効角度を広げるために、回転の中心位置を左右に広げる動作が必要である。体重の移動を球門から外しながら、回転の方向を球門に向けることで蹴踏通路を確保する。球の速度を犠牲にして、球の通路を開拓する。

---

**937Isogawa Takuji** : 2014/09/18(木) 23:01:07.46ID:/QPhFIwH0

今夜の練習。突入における大回転と小回転では、蹴る位置は同じでも、走速と半径とを調節することで、ファーとニアとを蹴り分けることになる。

球は回転の接線方向に飛ぶので、回転の中心と半径とを、どこにどれだけ設定するかを、準備して決定していなければならない。

<http://www43.tok2.com/home/isotaku503/sahyou/Trinita/photo/2014/2014->

---

**938Isogawa Takuji** : 2014/09/18(木) 23:02:39.21ID:/QPhFIwH0

ヤクザや暴力団などの邪悪な人間が、彼等には好都合なルールやマナーを勝手に決めて、暴力による威嚇や欲望による誘導により、それを守るように要求し、それらを破る者を、「邪悪だ」と決め付けて、言いがかりを付けるものだ。 >>935

---

939Isogawa Takuji : 2014/09/18(木) 23:05:51.91ID:/QPhFIwH0  
追記>>938

そういう行為類型は、ヤクザや暴力団と同じなのだが、NTTの内部では、人事部や総務部や労働部の役職者や担当者という肩書を付けているので、そうではない振りをしている。

---

945Isogawa Takuji : 2014/09/20(土) 11:12:20.63ID:xw6XaSmy0

下手というよりも、体重や骨格や筋力が整わないと、身体に負荷が掛かるプレーは教えられない。基礎が出来る前に、上手な選手がプロの真似をして負傷したり、基礎練習の反復に飽きるのか？

@slow2n @TatsuoSugimoto

>><http://twitter.com/slow2n>[http://twitter.com/isotaku503\\_2/status/512](http://twitter.com/isotaku503_2/status/512)

下手というよりも、体重や骨格や筋力が整わないと、身体に負荷が掛かるプレーは教えられない。基礎が出来る前に、上手な選手がプロの真似をして負傷したり、基礎練習の反復に飽きるのか？

@NikkeiTakechi

>><http://twitter.com/slow2n>[http://twitter.com/isotaku503\\_2/status/512](http://twitter.com/isotaku503_2/status/512)

サッカーでも、プロの選手のプレーを観ることができるので、「お受験」でありがちな先行訓練では身体を壊す。「お受験」での達成感や挫折感で学習を放棄して不良化する子も私立学校や公立学校で多いそうだ。 @slow2n @TatsuoSugimoto @NikkeiTakechi

親のコネで就職できる富裕層の学校は、慶應義塾や学習院や成蹊大学のような卒業生を出し、宣伝広告と実際実態とが乖離や齟齬していることを無視して、暴力や欲望だけを拡大する。

@slow2n @TatsuoSugimoto @NikkeiTakechi

監督が選手に対して、そのプレーをするために必要な基礎体力や身体強度を説明して、それらが準備できるまでにすべきことを、提示や教授して、選手を説得や説諭できないことも問題では。

@slow2n @TatsuoSugimoto @NikkeiTakechi

---

946Isogawa Takuji : 2014/09/20(土) 11:50:08.85ID:xw6XaSmy0

親からの期待が、虐待になると、足を引っ張って溺れさせたり、足を引っ掛けて転ばせたりすることもある。監視カメラで練習や試合を撮影しておくことも必要。金儲けのための親も野球などで存在している。 @slow2n @TatsuoSugimoto @NikkeiTakechi

---

948Isogawa Takuji : 2014/09/22(月) 18:52:55.29ID:k1pHJX+W0  
追記>>904

軸足の置き方は、縦に置くと、メトロノームのように身体が上を向いたり下を向いたりして、テンブラになったりダフったりするので、軸足は横に置き、回転ブランコのように身体が円状に回るようにする。

<http://www.youtube.com/watch?v=1aF2WA4Kd6E>  
<http://www.youtube.com/watch?v=er00R84k2Yg>

---

949Isogawa Takuji : 2014/09/22(月) 22:27:46.36ID:k1pHJX+W0  
追記>>948

走る方向に対して、ハの字に軸足と蹴足とを開くので、軸足の踵が接地し、股関節の開閉の角度により回転の大小を決定するので、強靱な股関節や膝関節や足関節の骨格や筋力が必要であるから、その鍛錬がなければ、できないことである。

遅い走速や遅い回転から始めて、徐々に慣らしていく必要がある。従来のトの字蹴りと両立するので、併用可能である。軸足が接地する以前に体幹で回転を掛けておいて、軸足の接地でスイング・バイを掛けて瞬時に加速し、軸足を離して等速円運動とし、膝を突発的に曲げて逆位相で球離れを掛ける。

---

951Isogawa Takuji : 2014/09/25(木) 23:03:30.01ID:2CZICNq00

今夜の練習。側面配球からの直接蹴踏の練習。少し跳ねた球の下を叩いて上に外す人は、足の裏を斜めにして、靴底に球を転がすという方法がある。インサイドキックで、靴横で球を転がすのと同じ要領であるが、靴底の方が横に短いので、転がす距離や時間が短くなる。

球が痛むので、練習ではタイミングだけで靴の内角や外角だけを使う。回転面を上向きにして着地までの時間を取って、両足着地までには靴底を水平に戻す練習を先にすること。

短期決戦でのトーナメントでは、特定の選手に大きな負荷や負担が掛かる作戦や約束は、疲労の蓄積により不利になるので、作戦を見直し、約束を減らして、自由に混沌とした中から、出て来た

作戦や約束を伸ばした方が良いでしょう。姫野宥弥氏にとっては、球が来なくて少し寂しいぐらいが丁度良い。

---

**953Isogawa Takuji** : 2014/09/26(金) 11:25:45.92ID:T1ytzBHQ0

野球の鍛錬法だと、足の方向が中心に向かってベースランニングでの90度に固定された旋回や守備での直進的な動作には効率的だが、サッカーでの不確定な旋回や動作では負傷する危険が高い。サッカーでの鍛錬法と野球での鍛錬法では異なるので、学校教師は注意が必要だろう。>>952

---

**955Isogawa Takuji** : 2014/09/30(火) 22:26:51.60ID:wGV7eH0H0

今夜の練習。中学生。何か中心が必要であるのなら、その時々で中心を変えるという方法もある。練習では、意識して中心を交代し、その具合を確認して、対戦相手との関係で、中心を選択するという作戦もある。

---

**956Isogawa Takuji** : 2014/09/30(火) 22:46:25.18ID:wGV7eH0H0

今夜の練習。女子。変化球が外れる場合は、野球の投手と同じで、ど真ん中のストレートを蹴って、測量が原因なのか、蹴撃が原因なのかを確認し、視線と胴体と脚足とのズレやブレを修正する。

パス交換の練習で、周囲を確認するのは、パサーが蹴った球を、トラップやダイレクトで蹴る点が、大きくぼんやりした点なのか、小さなはっきりした点なのか、を確認することと、その合点が、対戦相手の守備で、突然に消えてしまうことがあるので、できるだけ早い対応をするためである。

クロスに対するシュートでは、蹴足で蹴り込むのか、軸足で流し込むのかを、直前まで、キーパーに悟られないようにしなければならない。そのためには、球の進行方向に対して、向かい球でも追い球でも、平行に漸近するように走り込んで、前足と後足との両方を蹴足にも軸足にもできるようにする。

身体がどれくらい浮いていて、水平なのか傾いているのかなどを意識した練習をすると、精度を向上しつつ、負傷も予防できる。

---

**959Isogawa Takuji** : 2014/10/02(木) 23:21:26.02ID:/Bw2VqA60

今夜の練習。試合形式。中心とされる選手に求められるプレーが

多いと、求めるプレーが増えてしまうので、求められるプレーを減らして、助けるプレーを増やすように、各選手が連携を深める必要がある。

通信網でも、スター型は断線や故障に脆弱だが、ネット型は断線や故障に強靱である。交通網でも同様であり、東京や大阪などは複数のターミナル駅を山手線や環状線で繋いで、膨大な乗降客を捌いている。

---

**960Isogawa Takuji** : 2014/10/02(木) 23:25:28.04ID:/Bw2VqA60

試合形式だが、縦を2/3とした練習では、短走路でありながら蹴踏数が少なかった。待って受けるプレーが多く、反転して蹴踏しても引っかかってしまう。対戦相手の守備を外す工夫が必要であるし、蹴踏動作を小さく速くしなければならない。

---

**961Isogawa Takuji** : 2014/10/06(月) 23:50:38.53ID:6QRorZso0

957 Isogawa Takuji : 2014/10/06(月) 00:54:49.69 ID:6QRorZso0

林容平氏は、後ろから身体を横のままにして、突っ掛けてしまう反則が多かったが、身体を縦にして、肩甲骨を競走相手の肩関節に当てて、前に回り込む技術で競走相手の前に出る方法の方が、反則になる確率を減らせる。 >>950

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1410842749/957>

---

**963Isogawa Takuji** : 2014/10/07(火) 22:40:18.65ID:LiE7JA3m0

今夜の練習。中学生。クロスは球は速度が速いので、首振りではもちろんのこと、眼球の動きでも追尾して正面で正確に測量することはできない。首振りや眼球動作では、頭が動いてしまうことがあるので、重心や体軸が崩れてしまうことにもなる。

そこで、平青眼という方法が必要となる。目線を水平にして視野を最大にして、球の動きを全て見通すようにして、それで距離や速度や方向を脳内で正確に測量できているという方法である。

このためには、蹴る瞬間には、意識して首や眼を動かさないようにして、頭の中だけで、球や人の動きを測量や予測して把握しておく訓練をする必要がある。そうすると、重心や体軸が崩れたり乱れたりすることなく、平常心で、精度の高い球を、蹴ることができるようになる。



というのが、剣道の場合での平青眼の考え方であり、練習方法ということになっている。剣道の竹刀の速度は、蹴球の球速よりも速いので、目線で追うことはできず、平青眼で相手の全身を常に見ておく目付けが必要である。

目線を遠目に並行かつ水平に保持していると、自分自身の身体的位置や方向や速度や傾斜や高度を正確に常時計測できているので、緊急時やQ B Kなどに対応するに、ポジショニングや察知反応を改善することができる。防球ネットの支柱や網目を基準にしたりできるだろう。

---

**964Isogawa Takuji** : 2014/10/07(火) 22:49:32.70ID:LiE7JA3m0

今夜の練習。女子。上手になってくると、指導者が教えることが無くなり大変だが、個人個人が精度や速度を追究するようになれば、自然と進歩していくものである。

---

**965Isogawa Takuji** : 2014/10/08(水) 00:25:41.63ID:6iq3vBRM0

訂正>>963

誤：目線を遠目に並行かつ水平に保持していると、  
正：目線を遠目に平行かつ水平に保持していると、

---

**967Isogawa Takuji** : 2014/10/08(水) 18:22:44.44ID:6iq3vBRM0

追記>>963

青眼というのは、目付けを遠くするので、瞳孔が開いて、黒目が薄く見えるため、そう呼ぶ。西洋人のハンターのような眼という意味ではない。

---

**971Isogawa Takuji** : 2014/10/09(木) 23:04:22.93ID:5lwSwI/R0

アホで悪いことは無いが、アホをおだてて、だまして、使い捨てにする悪い連中がいるので、そういうのに利用されないようする必要はある。>>969

そういう連中が、悪事を隠すために、被害者や目撃者や告発者を「統合失調症」ということにして、「幻覚」や「妄想」だったということにする。>>970

---

**972Isogawa Takuji** : 2014/10/10(金) 21:23:51.81ID:40rEbpVB0

ユースでは、作戦を簡便にするために、中心選手に球が集まって来るが、トップでは、それでは相手に読まれて奪われてしまうので、自分で自身を最適なポジションに動かして、球が来るようにする必要がある。

---

**973Isogawa Takuji** : 2014/10/10(金) 21:26:35.03ID:40rEbpVB0

しかし、ユースでもトップクラスになると、チーム内でも平等であるので、トップと同じような作戦や約束を決めて来るのであり、それに打ち勝たなければならない。

---

**974Isogawa Takuji** : 2014/10/14(火) 22:17:13.92ID:nBuFmvsc0

今夜の練習。中学生。競走する配球相手と対戦相手とに球を送る場合、配球相手側に出し過ぎると、配球相手が球を追って、対戦相手に押され、体勢が崩されることがあり、次のプレーに支障が発生する。

配球相手が、競走相手に対して、押し勝つように、球を送る必要がある、次のプレーを予測して、配球相手の体勢が、競争相手に対して強くなるように、球を送らなければならない。

---

**975Isogawa Takuji** : 2014/10/14(火) 22:25:28.87ID:nBuFmvsc0

今夜の練習。女子。1 / 2面での8対8の練習試合。対戦相手は小学校高学年。普段の練習を、優しく易しく丁寧に行っていると、段々と、遅く遅く緩慢になるものだから、練習試合で確認したり、チームリーダーが率先垂範して、早く速く厳俊に練習をして周囲の時機や速度の早さや速さを引き上げて置かなければならない。

最初は、ボールの大きさと小学校高学年の機敏な動作に慣れずに振り回されて、慣れてくると、球を獲ることはできるようになるが、チームとしての組み立てを、早く速くしようとしてもタイミングが合わないことが多く、最後は分からなくなってきた、自滅してしまった。

全ては、普段の練習の時機や速度が遅延であることが原因なので、意識して早速で厳俊な練習を心がけなければならない。

---

978Isogawa Takuji : 2014/10/17(金) 01:31:55.21ID:+/jn399j0

何でも知っているようなことはない。見て考えれば分かることを書いているにすぎない。あなたは、教本を丸暗記しているので、そう感じるのではないか。

>><http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1342372975/977>

---

979Isogawa Takuji : 2014/10/17(金) 01:40:52.43ID:+/jn399j0

今夜の練習。居残り。球筋が定まらない原因は、球の回転を見ていないからであり、球の回転を、まず垂直の縦回転で安定させて直進させる球を蹴ることができなければならない。

最初から距離や速度は必要ないので、徐々に遠方かつ高速に蹴るように練習をすれば良い。

---

980Isogawa Takuji : 2014/10/17(金) 08:31:36.36ID:+/jn399j0

スパイや工作員が、情宣活動として、大分F C周辺で私への悪口でも流布していそうだが、逆を辿れば、それが誰なのか判明することだろう。>>976-977

---

984Isogawa Takuji : 2014/10/17(金) 23:39:34.00ID:+/jn399j0

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1412518504/431>

431 Isogawa Takuji : 2014/10/17(金) 01:47:39.61 ID:+/jn399j0

激しい衝撃や振動は、骨芽細胞を痛めて骨の成長を妨げることがある。練習方法や作戦形態には注意する必要がある。水平移動を心がけ、急激な発進や停止でどたばたしないことが必要であり、練習後のストレッチで筋肉の緊張をほぐしておく。

>><http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1412518504/418-426>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1412518504/433>

433 Isogawa Takuji : 2014/10/17(金) 07:55:47.35 ID:+/jn399j0

個人のプレースタイルが、衝撃や振動が激烈で問題がある場合に、コーチはそれを緩和や禁止しなければならない、ということにもなるだろう。

>><http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1412518504/432>

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1412518504/436>

436 Isogawa Takuji : 2014/10/17(金) 11:01:50.51 ID:+/jn399j0  
追記>><http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1412518504/433>

個人での打開が多いと、振動や衝撃が多くなり身長が伸びないので、組織として打開するような作戦を指導できるコーチが必要であるということになる。これも自前で育成していく必要があるということになる。

---

985Isogawa Takuji : 2014/10/17(金) 23:40:23.00ID:+/jn399j0  
追記>>984

ドタバタは、パス交換での急発進や急停止でも発生するのであるから、距離と時間と速度（球速、走速）とをドンピシャに合わせていく練習が、組織としての打開には必須となる。

その際に、足を届かせようとしたり、頭を届かせようとする行動が、身長を伸ばすにおいて、有効な刺激となる。

大分トリニータユーススレッド10

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1413646448/>

---

4Isogawa Takuji : 2014/10/21(火) 23:34:59.41ID:W0ieKp1A0

今夜の練習。中学生と小学生。基本ができていれば、抜かれるということは少なくなるが、突破するには応用が必要。基本の連続を組み合わせ、続けることができれば、突破する機会が訪れる。それを守備して奪取するのも、また応用である。

速度が上がると、城島高原の回転ブランコのように遠心力が強くなるので、身体操作の制御の精度を高める必要がある。そのためには、太く強い体幹が必要となる。

---

5Isogawa Takuji : 2014/10/21(火) 23:40:31.79ID:W0ieKp1A0

今夜の練習。女子。先週の敗戦の衝撃があったのか、人数が減少していた。組織練習時間が短いので、個人でできることは個人でしなければならない。早く速く強く遠くは、壁当て練習で、独りででもできることがある。

タイミングが合わない際に、早く速く強く遠くを獲得して、遅く遅く弱く近くを除去するように、意識改革をしていく必要もある。

**7Isogawa Takuji** : 2014/10/22(水) 22:58:26.71ID:l0ImQ1Vl0  
昨夜の練習。女子。女子の場合、ゴールキーパーは、ゴールの枠に対して身体が小さいので、ポジショニングや守備との連動重視でトレーニングする必要がある。瞬発力だけでは限界があるので、他の女子キーパー選手の動きを映像で確認しながらの練習指導が必須である。

---

**10Isogawa Takuji** : 2014/10/23(木) 23:01:43.96ID:177IoTSc0  
今夜の練習。中学生。ニアの方が迎え球、ファーの方が追い球になるので、ファーの方のタイミングの合わせ方の方が難しいが、キーパーはニアを優先に対応することが多いので、ファーでの合わせも重要である。

ファーの追い球では、球筋を予測して、球筋に入り込み、踵から受けて、爪先で蹴り込んだり、踵で弾き飛ばしたりする。勿論、右足でも左足でも、その球をシュートするに適した足で対応することができるようにする。

---

**11Isogawa Takuji** : 2014/10/23(木) 23:02:38.58ID:177IoTSc0  
今夜の練習。自主練と居残り組。球の回転を安定させると、空中での軌道が安定し、精度が向上する。そうすると狙い通りの所に球を飛ばす技術の習得が進捗する。

浮き球のパス交換は、試合ではほとんど無いので、実戦的で無く、浮き球を抑えて滑らす技術の習得の方が有効である。一辺10m～20mの三角形を組み、A-浮球→B-滑球→C-浮球→A-滑球→Bと球を巡回させ、球の抑えの足数を減らしてワンタッチにするようなことができるようにすると、球廻しが早く速くなる。

ポストプレイへの送球では、軸足が地に着いたままであると、球に軸足と地面との摩擦で歪みが発生するので、軸足を離陸させて、純粋な身体の回転運動で球を蹴る必要がある。

---

**12Isogawa Takuji** : 2014/10/24(金) 09:12:15.93ID:ly8fpxRr0  
昨日の練習。小学校中学年。「球を見て蹴る」れというよりも、球を見て、球の軌道を予測して、蹴る点を決めて蹴るように指導した方が良いのではないかと。球を見た位置と球を蹴る位置との時間差で、ズレが生じている。

---

**14Isogawa Takuji** : 2014/10/26(日) 19:03:13.97ID:h3h6nBh00  
追記>>12

球をクリアーする練習だとしても、球を投げる位置は左後方からだけでなく、右後方や真横や斜め前方や真正面から投げ、対応力を高める必要がある。

---

**16Isogawa Takuji** : 2014/10/28(火) 23:27:17.34ID:lIRjfiK0  
今夜の練習。中学生。各個人で課題の達成や問題を解決するため

の練習法は異なってくるので、コーチは、それらを聞き出したり気づいたりして、選手が自主的に達成や解決できるように協力をしなければならない。

パスミスの原因に、測量のミスが多いようなので、正確に測量ができているかどうかを、検証する必要がある。コート各地点で球を手で転がして見て、30m先のコーンに当たるかどうかでも良いだろう。

---

**17Isogawa Takuji** : 2014/10/29(水) 08:20:46.69ID:erco5Man0  
コーチは、練習を観察して気付いたことを、その場で選手に言っても、双方が忘れてしまうので、ICレコーダーに吹き込み、文書にして、論理的かつ具体的に提示することが望ましい。事象を具体的に摘示して、問題点や解決策や練習法を、表現して分析して実現する、解説力や提案力や構想力が要求される。

---

**19Isogawa Takuji** : 2014/10/29(水) 23:24:36.02ID:erco5Man0  
測量と蹴撃との一致。単独での練習としては、球を2つ用意して、一個目を手で転がしてコーンの方向を確認し、二個目を足で蹴り、コーンに衝突させるようにする。

昔は、ビー玉遊びで、目測と実技との一致の練習をしたものだ。練習しないと一致することはない。テレビゲームでは機械が調整して当ててくれるので、身体操作の素養が身に付かずに、幻覚や妄想ばかりが先走る。

<http://www.k2.dion.ne.jp/~t.makky/mukasi/dougu/b-dama-asobikata.htm>

---

**21Isogawa Takuji** : 2014/10/30(木) 23:13:27.24ID:niQ9nfDg0  
今夜の練習。居残り。小学生時代には、チームの中で運動能力に優れている者がフォワードになるので、突破が容易だが、中学生や高校生になり強豪チームに入ると、相手も強豪なので、突破が困難になる。

小学生の指導者は、運動能力が優れた選手に対して、対戦相手を抜き切ってからシュートするように、指導しなければならない。

中途半端な体勢からのシュートの癖が付くと、ランとキックとが混在してしまい、パスやシュートの精度や速度が低下する原因となる。

シュートがスライスする原因は、体軸が突破するために揺れる癖が付いてしまっているからで、シュートやパスの精度を優先して、体軸を前後や左右に揺り動かさないようにし、相手との間を擦り抜ける技術や習慣が必要である。

1対1の対面対決の練習から3mゴールへのシュートをする練習では、7mゴールの真ん中に球を蹴り込む癖が付く、キーパーの正面に行きやすくなるので、7m程度のラインを引いて、3人目が、その線上で動き、突破者からのパスを防御者を抜いて受けるような練習をした方が良い。



---

22Isogawa Takuji : 2014/11/01(土) 20:56:03.05ID:e2iAfU5K0

次に、シュートが上に外れる原因に、体軸のスライドと足合わせのための股関節の開き角度や膝の曲げ具合のリーチとの連動で、体軸のスライドを停止して、リーチの調節で足先だけで合わせている問題がある。

リーチだけで合わせると、足が地面に突っ込まないように、条件反射が働き、ローリングしてしまうので、体軸をスライドさせて、そのスライドとリーチとを調整して足が球に一致するようにしなければならない。

---

25Isogawa Takuji : 2014/11/05(水) 00:10:05.81ID:2zYnZhXi0

今夜の練習。中学生。約束事の決め方を、固定的（スタティック）な方式から流動的（ダイナミック）な方式に変化させることが必要である。事実的な約束事から論理的な約束事に変化させた方が、早く速い展開が可能となる。

居残り練習での斬り返しは、球を早く速くするためには、前方に対して足を開く角度を、45度→30度→15度というように、鋭角にしていく必要がある。開く角度が90度では、走りながらの対応が困難となるし、足を開くまでに球が到達して、詰まってしまうことになる。

その場合、球を水平に回転させて、軌道を安定させることが最も重要であり、その回転を見極めて、適切な力を与えることで球を正確に返球することの繰り返しが求められる。

---

26Isogawa Takuji : 2014/11/05(水) 00:20:59.34ID:2zYnZhXi0

今夜の練習。女子。シュートを撃つ際に、ステップを細かくすると、歩幅が狭くなり、上下動が発生するので、球の仰角の制御が困難となる。できるだけ上下動が発生させないように、ステップの歩幅を等間隔で広くして水平方向への力が直進するように蹴ることが望ましい。

強く速い球を展開した場合に、次の次の次の準備ができていないことが有るので、その先々をどのようにするかを協議する必要があるだろう。強く速いライナーや高く遠いフィードへの対応にも同じことが言える。何よりもまず、目測による正確な測量に基礎した、制球力（コントロール）が必要である。

コートラインに対して、縦や横に沿っている場合は測量が容易だが、斜めになると三角関数になるので計算は難しくなる。計算が面倒であれば、この地点からあの地点まではこれぐらいだと、覚えておくことも可能である。

---

27Isogawa Takuji : 2014/11/05(水) 19:02:01.67ID:2zYnZhXi0

スタティックルーチングとダイナミックルーチングとの違いは、通信回線での経路変更でも導入されている。

スタティック方式は、AからB・C・Dに送信する場合に、Bが

ダメならC、CがダメならDと送信する。そのため、Bの負荷が100%になるまでBに送信し、Bが満杯になるとCに送信する。そのため、負荷のバランスが $B > C > D$ となり、通信機器の故障が特定機器(B)に集中する。

ダイナミック方式では、相互に負荷状態を送信しているのので、Aは、B・C・Dの負荷状況を把握して、B・C・Dの負荷が平等になるように送信する。そのため故障が発生する危険を低くすることができる。

ちなみに、Jリーグチェアマンの村井満氏の所属していた会社であるリクルート社が主張した雇用流動性では、各労働者の負荷を、平等に満杯になるまで「余剰人員」を雇わずに低賃金・低コストを実現するという方式だったので、労働者が疲弊して鬱病や統合失調症などを多発させている。

---

**29Isogawa Takuji** : 2014/11/05(水) 23:46:47.65ID:2zYnZhXi0  
今日の練習。20m四方の中での10対10により、次の次の次や、先先の先を取ることができるようにする練習がようやく開始されたようだ。固定的な監督の指示や拘束による送球ではダメであることに気付いたらしい。

居残りでは、蹴踏練習が行われていた。上や横に外れる人は、足の回転が地面に対し水平ではなく、ゴルフのウェッジのスイングのように上から入れて上へ抜けるようなスイングとなってしまうことが原因である。サッカーの場合に、ダウンスイングで重力を使う必要は無い、と思われるが。

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1414751028/194>

---

**30Isogawa Takuji** : 2014/11/06(木) 22:35:46.84ID:ItQZVOHS0  
今夜の練習。居残り。パスマスが多くて萎縮しているのか、5m四方での鳥籠に終始していた。全面の少人数では、選択肢が限定されているので、判断の早急や測定の精度と、蹴撃の速度と精度とが要求されるので、それらを満足できないことに問題の原因がある。

何よりもよろしくないのは、失敗を恐れて、球を遅くする傾向があることなので、球を速くする練習が必要である。練習で失敗をして恥を搔くことを恐れていると、試合で失点して「罪」を犯すことになってしまうこともある。

球は幾らでもあるのだから、球が流れても構わないので、それをどれだけ追えるかが課題であった。意識の問題なので、解決するには、練習での努力が必要である。

練習方法としては、ネット側とフィールド側とに分かれて、相対する距離を20m程度とし、5m程度の幅の間に5m間隔で並び、フィールド側からネット側には高速滑球を送球し、ネット側からフィールド側には高空浮球を送球して、速度や精度や難度を高めていくと良さそうだ。

3~4人程度が横に並んで斜めにも送球できるようにし、2個の球が1人に送球された場合には、遅れた側がペナルティで腕立て

5回とするが、2球を送球された側が適切に処理して返球できれば、ペナルティは取り消しとなるというルールではどうだろうか。

---

**32Isogawa Takuji** : 2014/11/07(金) 17:49:23.51ID:FyeiM2iI0  
今日の練習。若手。密集での配球交換で、体幹や体軸の移動よりも、足先が先に出ると、身体のバランスが崩れて、精度や速度が出なくなる。

体重が重い体幹や体軸の移動を先行させ、脚の曲げ伸ばしや足先の角度は、調整する程度に留める方が良い。緊急時やQ B Kでは、そうは言われていられないこともあるが。その場合の技術も、身体のポジショニングがあってこそである。

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1414751028/232>

---

**33Isogawa Takuji** : 2014/11/08(土) 20:56:14.24ID:juGtMIFq0  
甲府U18 0-1 大分U18  
[http://www.jfa.jp/match/j\\_youthcup\\_2014/final/images/img\\_tournament.gif](http://www.jfa.jp/match/j_youthcup_2014/final/images/img_tournament.gif)

---

**34Isogawa Takuji** : 2014/11/11(火) 18:02:28.84ID:tLgYdS9X0  
今日の練習。球が蹴られた瞬間に軌道を予測して、最適な位置での最適な蹴撃を瞬時に判断や選択をする必要がある。スルーパスやクロスを蹴る選手も、その判断や選択を動作や球筋で支援していなければならない。

判断が晚くなると、バックスイングが十分に大きく取れず、蹴撃が加速度運動となってしまう、精度が低下する。バックスイングを充分に取り、蹴撃が等速度運動となっているように、キッカーの動作やボールの球筋を見極める練習が必要である。

<http://hello.2ch.net/test/read.cgi/soccer/1414751028/461>

---

**35Isogawa Takuji** : 2014/11/12(水) 00:36:14.91ID:0bFQ51IH0  
今夜の練習。中学生。身体の全体重の勢いと、足脚の回転の勢いとで、どちらが大きいかは、走る速度によって違う。

全力疾走をしている場合には、当然に、身体の全体重の勢いの方が足脚での回転の勢いよりも勝っている、球は身体の全体重の勢いの方向へ飛ぶ。

身体の全体重の方向を、軸足の接地によるスイングバイで変える技術がなければ、球の飛ぶ方向を制御することはできない。

そのためには、全力疾走において、身体の上下動を少なくして、水平に身体を滑るように移動させる走り方を必要とする。

---

**37Isogawa Takuji** : 2014/11/12(水) 00:41:26.56ID:0bFQ51IH0  
今夜の練習。女子。当然のことながら、精度が高くないと速度を

高くすることもできない。球速も走速も速くなればなるほどに、球を扱うことができる瞬間や隙間は短く狭くなるので、その瞬間や隙間に球を通す技術が要求されるからである。

---

**38Isogawa Takuji** : 2014/11/13(木) 22:16:04.28ID:Dlk+FM+00

今夜の練習。試合形式。スイングバイをシュートやクロスに使う場合に、球と足の合点と、身体の回転の中心や半径との関係で、球が飛ぶ方向は大きく変化するので、あらゆる場合を実験して、練習や試合で球が飛ぶ方向を制御できるように、身体操作を学習しなければならない。

<http://www43.tok2.com/home/isotaku503/sahyou/Trinita/photo/2014/>

居残り練習では、制球力の実験をしていた。身体を、百円均一のブーメランを手で投げて真っ直ぐに飛ばして的に当てるように、跳躍と回転とを連動させ、足を球に当てるように蹴る方法となる。

軸足が地面に着いていたり、軸足が縦に残って、蹴足が横にはみ出すような蹴り方では、回転のバランスが崩れて精度が出ない。

---

**40Isogawa Takuji** : 2014/11/16(日) 13:10:35.74ID:7JAK0Jzq0

坂井大将氏のキック精度が低下していた。田坂和昭氏の指導方法に問題がある。彼にできないことはできない、と諦めてしまっているからなのだが。

---

**41Isogawa Takuji** : 2014/11/17(月) 08:04:39.34ID:utJWlN040

敗戦の原因は、佐藤昂洋氏の負傷交代で守備のバランスが崩れていたところを、正確なフリーキックのフィードで狙われたことであつたが、負傷の原因や交代の判断について、ユースとトップとは異なることもあるだろう。身体の強さや負傷を防ぐ技術も、根性論では無く、必要である。

---

**42Isogawa Takuji** : 2014/11/17(月) 21:57:43.68ID:utJWlN040

2007年のJユースカップでも、FC東京に0-6で敗退しているが、井上裕大氏や東慶悟氏の時よりも、2014年は0-1での敗退だったので、進歩したということにしておくべきだろう。

<http://www.jsgoal.jp/2007jyouthcup/team/oita.html>

---

**43Isogawa Takuji** : 2014/11/18(火) 23:40:20.65ID:w4Eic1Vw0

今夜の練習。中学生。1/2面での三色パス。パスの連続成功と目的地への早く速い到達とでは、目的地への早く速い到着の方が優先するので、球を奪った位置から向かう目的地を設定する必要がある。

辺や隅での奪取では、反対側を目的地に、中央での奪取であれば、任意に辺や隅にパスを送り、その反対側へ向かう、というようなおおまかなルールを共通認識とする方法がある。

攻撃側に数的優位があるので、守備側のブロックやマークをどのようにするかを決めるか、攻守の切り替えの判断力が要求される。攻撃側は、守備側の位置を瞬時に確認して、最適なルートを即座に発見して実行することができるようにする。

---

**44Isogawa Takuji** : 2014/11/18(火) 23:48:24.52ID:w4EiclVw0  
今夜の練習。女子。戦術練習として、ポジショニングやブロックやマークの方法論やタイミングの合わせ方の距離感覚や速度調整も必要なので、パス技術やシュート技術だけでないところも示す必要がある。

---

**45Isogawa Takuji** : 2014/11/19(水) 10:53:45.25ID:Lltsd4bH0  
日本代表。対豪戦。出をブロックするのか、入をマークするのかの約束事で、中途半端なところを発見されて失点していたのは、2014年11月8日のナビスコ杯決勝で、広島がG大阪に失点したのと同じであった。 #daihyo #代表

---

**46Isogawa Takuji** : 2014/11/20(木) 21:54:58.21ID:XZcPt7h10  
今夜の練習。「俺が決めていれば」という焦りが、試合後も続いていたようで、早過ぎるキックで外すことが多かったが、段々と落ち着いてきて、枠に填まるようになっていった。試合での心の傷を治すのは、練習が一番であるようだ。

---

**48Isogawa Takuji** : 2014/11/25(火) 22:50:18.13ID:ZQNlcuop0  
今夜の練習。全体重を球に乗せてしまい、身体が止まってしまうと、自動車の急ブレーキを掛けて車輪がロックしてしまうように、横ブレが発生する。前方への体重移動の余力を残して、姿勢制御が横ブレしないようにしなければならない。

---

**49Isogawa Takuji** : 2014/11/25(火) 22:56:54.82ID:ZQNlcuop0  
今夜の練習。女子。ポジショニングやタイミングにおいて、相互の間合いが近いと、パスをトラップしてキックするまでの時間に相手が到着してしまい球を奪われたり、ブロックされてしまう。

間合いを遠く取ってトラップ&キックの時間を作るか、トラップ&キックの時間を短くするか、ワンタッチやダイレクトをしつつパスのスピードでタイミングを取るか、を選択することになる。

シュートをブロックするにおいて足を伸ばすプレーは、シュートコースを絞って限定し、キーパーの守備範囲を狭くすることで、キーパーの守備負担を軽くするという気持ちで行わなければならない。

---

**51Isogawa Takuji** : 2014/11/27(木) 22:06:47.51ID:18Ia0oYm0  
追記>>49

ヘディングの練習は、以下を参照のこと。

<http://www43.tok2.com/home/isotaku503/sahyou/Yofuke/YofukeRunner-009.htm#388>

量が多すぎて頭で憶えられない人は、一つ一つ、自分自身で実験して、体で覚えること。

---

**52Isogawa Takuji** : 2014/11/30(日) 23:17:02.00ID:E4L1px140  
追記>>51

と書いていたら、昨日の鳥栖×浦和でも、今日の磐田×山形でも、後半追加時間でのヘディングシュートが決まって大きな変動要素となった。

<https://www.youtube.com/watch?v=ozKXUXjQ37w>

<https://www.youtube.com/watch?v=x-5tQ0Qsutk>

---

**53Isogawa Takuji** : 2014/11/30(日) 23:17:49.10ID:E4L1px140  
球に対して蹴る蹴撃の体勢や準備の体勢を意思決定し、走り込みながら、バックスイングが振り止まった状態を作り出しておくということになる。

---

**54Isogawa Takuji** : 2014/12/02(火) 22:17:15.72ID:Xy2qH7VJ0  
今夜の練習。ダイレクトで撃てる球は、ダイレクトで撃つ練習をすること。ダイレクトで撃って外れたり受けられたりするよりも、持ち替えて球を奪われたり相手に準備時間を与えた方が、チームとしてのリスクが高くなる。

---

**55Isogawa Takuji** : 2014/12/02(火) 22:24:49.08ID:Xy2qH7VJ0  
今夜の練習。女子。フィードの練習では、足の振り方のフォームで蹴る癖が付いているので、球と足との蹴突点の位置がバラバラになり、球の行方もバラバラになってしまう。

球の何処の点に、足の何処の点を蹴突させるのかを決めて、身体と球との位置や速度の関係で、どのような足の振り方をするのかを決めて、蹴ることになる。

固定的なフォームでは、過不足が出るので、流動的なフォームを、蹴突点にドンピシャに合わせることに集中する気持ちで繰り出す必要がある。

---

**56Isogawa Takuji** : 2014/12/02(火) 22:37:30.29ID:Xy2qH7VJ0  
追記>>55

このように球と足とを点で合わせる場合に、球の空気圧が一定である必要があるので、コーチは全ての球について、空気圧が一定であることを選手のために確認しておく必要がある。蹴った感触や結果で、標準から大きく外れている球もあった。空気圧を計る



機器が必要である。

---

**58Isogawa Takuji** : 2014/12/03(水) 00:11:49.87ID:kyqM0rFT0  
追記>>56

空気が漏れている球を確認するには、大きな減圧を確認した日付をマジックで記入しておき、基準を設けて廃棄処分とする。球に通し番号は振ってあるのだろうか。

---

**59Isogawa Takuji** : 2014/12/04(木) 22:58:47.55ID:fNeVR0Kc0  
今夜の練習。球を飛ばす場合、落下地点で、球を走らせるのか、球を停めるのか、球を沈めるのか、球を浮かせるのか、球を弾ませるのか、球を留めるのか、しっかりとした意思で、蹴る必要がある。

受ける側は、球の球質を判断して、適切な処理を準備して、実行するようにする。球質を改善するためには、不規則な回転の球を減らしたり、走りながらの体勢の準備や、球と足とを合わせる点の正確性などが要求される。

---

**61Isogawa Takuji** : 2014/12/06(土) 20:41:44.35ID:e1EtTwcX0  
一昨夜の練習。キーパーのフィード。下半身の体重だけで蹴ると距離が出ないので、上半身も平行に移動させ、その体重を使って蹴る方が良い。そうすると余裕ができるので、球速だけで無く、方向や球質の制御をすることもできるようになる。

上半身を凧（蜻ではない）のように張って、帆に風を受けて進むように平行に軸足を浮かせて飛び、全身の体重を球に乗せるように身体を回す。そうすると逆上がりのような回転を減らすので、テンプラによる失速を防止できる。

---

**62Isogawa Takuji** : 2014/12/08(月) 10:27:51.78ID:wvteNW+80  
集中しろとは言いが、サッカーでは、よそ見やお喋りをしながら、足は球を正確に捉えていなければならないので、そのための訓練も必要である。平常心は、あせらない、あわてない、おこらないなので、味方のミスで乱暴になって、更にミスを連発するようになってはいけない。

---

**65Isogawa Takuji** : 2014/12/09(火) 22:47:46.42ID:+qr785oN0  
今夜の練習。キーパーの三点セット（至近距離、クロス、ミドル）への対応。

クロスを蹴るにおいては、コーチの位置に影響されてはいけない。アマレベルでは、フォワードが直線に動けるので、フォワードの位置から逆算して、届く位置に、球を蹴ることができるが、プロレベルでは、フォワードは直線に動けず、折線や曲線で動くので、申し合わせて予定した待ち合わせ位置に正確に蹴る必要がある。

ミドルでは、キーパーの胸を目掛けて蹴っているところがあるので、股を抜くために、キーパーを左右に揺さぶるためのフェイクやフェイントを入れる必要がある。

力任せで蹴っていると、そういう技が身に付かないので、身体を横に動かしながらキーパーを横に動かして、脚が開いたところの足元を狙うことも必要である。

---

**66Isogawa Takuji** : 2014/12/09(火) 22:55:25.94ID:+qr785oN0  
今夜の練習。中学生。質問や疑問があれば、まず、ノートに絵や図や字で、質問や疑問の内容を筆記し、自分で考えることが必要である。絵図や言葉の書き方について、様々な教科書や参考書の読破が必要であるのは学校の勉強と同じ。

まず、自分で書いてみないことには、何も始まらない。表現力や記述力の向上には、読書が必要だろう。キャプテン翼の漫画では絵図のイメージに縛られ、自分自身のプレーが見えなくなることもありそうだ。

剣道なら、時代小説や剣豪小説があって、道場破りだとか、政治や経済のことも書かれていたりもする。中学生なら竜馬がゆく（司馬遼太郎）とか宮本武蔵（吉川英治）とかなら読めるだろう。

---

**67Isogawa Takuji** : 2014/12/09(火) 23:02:00.20ID:+qr785oN0  
今夜の練習。女子。パスされた球をトラップするにおいて、相手の守備が接近していることを想定して、球を人がいない方向へとパスを出せる位置に動かして、継ぎの足でパスを出す練習。

球を受けるにおいて、球のスピードが上がってくると、球を弾いてしまうことになるので、足や脚だけでなく、身体を浮かして、全身で球の運動エネルギーを吸収する動作が必要である。

---

**68Isogawa Takuji** : 2014/12/09(火) 23:03:49.70ID:+qr785oN0  
私は、トリニータユースを優勝させるとか書いたことは無いので、口だけ番長ではない。選手や監督が優勝したのである。>>63-64

---

**69Isogawa Takuji** : 2014/12/09(火) 23:42:52.72ID:+qr785oN0  
追記>>67

過去の記述は、練習や試合を見ながら、出来てきた頃合いを見て、次のことを書いているので、ある程度できてから次に行かないと混乱することもあるだろう。

<http://www43.tok2.com/home/isotaku503/sahyou/Yofuke/YofukeRunner-009.htm#690>

---

**70Isogawa Takuji** : 2014/12/09(火) 23:43:51.58ID:+qr785oN0  
追記>>66

キャプテン翼は、ガンダムの小説版があるように、小説版を創作して、心理描写や技術説明をしっかりとさせることも必要なのではないか。

---

**72Isogawa Takuji** : 2014/12/10(水) 19:20:02.73ID:z4l2dpM90  
何かイジメでもあるような雰囲気だが、監督や選手を奴隷にはいけない。>>71

---

**74Isogawa Takuji** : 2014/12/10(水) 23:28:11.59ID:z4l2dpM90  
追記>>59

---

そう言えば、2014年12月6日に田中闘莉王氏が浦和レッズについて、男がいないね、と表現したそう。パスの受け側でのトラップ技術では一流が多いのだが、パスを出す側としては一流未満が多い、という意味だろう。接続点の凸側を雄、凹側を雌と呼ぶからだが。

---

**75Isogawa Takuji** : 2014/12/10(水) 23:32:14.84ID:z4l2dpM90  
問題児をイジメて追い出すようではチームが強くない。そういうイジメをする卑怯者を追い出した方が、チームが強くなる。そんなことも分からないようでは、田舎者と呼ばれる屈辱を脱却できない。

---

東京にも地方から上京してきた田舎者をイジめる都会者が多いが、そういう狭い世界での悪循環が、地方や地域を弱体化させるものである。>>73

---

**78Isogawa Takuji** : 2014/12/11(木) 22:46:38.22ID:d9u95SfD0  
今夜の練習。コーナーキックやフリーキック。坂井大将氏は、「これぐらいでいいだろう」という田坂和昭氏の悪影響で、棒球に退化していた。「合わせる選手がいない」という方針で、分かり易く蹴ることを強要されてしまったのだろう。

---

田坂和昭氏はキックが下手なので、「ピンポイントで合わせるの不可能だ」という「思想」を選手に押し付けがちである。それでは進歩や発展が無いので、選手が集まらなくなる。選手は自覚して、自己研鑽するしかない。

---

**79Isogawa Takuji** : 2014/12/11(木) 23:23:28.71ID:d9u95SfD0  
部下が上司の指導能力を超えていたり、選手が監督の指導能力を超えていると、部下や選手が、上司や監督を侮蔑するようになるので、上司や監督にとっては、権威や権力を維持するため、その部下や選手を「問題児」として扱うようになる。>>77

---

セレッソ大阪では、フォルラン氏が「問題児」となった。プレーのレベルを上げると、ついていけなくなる先輩が、後輩にプレーレベルを下げるようにそそのかしたのだろう。

後輩選手としては、フォルラン氏やポポヴィッチ氏は、いずれは祖国に帰ってしまうが、その先輩の選手は、ずっと日本に居て、監督になるかもしれないのだから、プレーレベルはだだ下がりになってしまった。

そういう現象は、去年の大宮アルディージャでも発生しており、去年は前半の貯金で食いつなげたが、今年はそれもなくなって、降格することになった。そういう先輩の怠惰や横暴の阻止ができない体育会系の体質に問題がある。

---

**80Isogawa Takuji** : 2014/12/12(金) 00:14:55.11ID:xGtXMZMF0  
追記>>78

アマレベルでは棒球で無いと合わせられないが、プロレベルでは待ち合わせ位置にドンピシャに時刻を合わせて蹴るので、どんな球種で球を飛ばしても合わせることができる。

---

**81Isogawa Takuji** : 2014/12/16(火) 22:09:51.49ID:M4cdoXQ40  
今夜の練習。中学生。欧州や南米の有力選手は、股関節が強靱であるので、同心円上に半径を一定にして、足脚を回転させることができるが、中学生では、股関節が脆弱であるから、遠心力で脚が開くことを考慮して、足を球に合わせなければならない。

股関節を固めて硬くすると負傷の原因になるので、股関節を柔軟に保ちながら軸足を浮かせて、軸足と蹴足との間に発生する衝撃を、空中での体勢で吸収や分散する必要がある。

---

**82Isogawa Takuji** : 2014/12/16(火) 22:15:22.23ID:M4cdoXQ40  
今夜の練習。女子。風が強くて寒かったので、球の強さや勢いを出せる方が優勢であった。天候や芝生の状態に対応した競技方法も学習する必要があるだろう。文献にも記述がありそうだ。

---

**83Isogawa Takuji** : 2014/12/19(金) 20:43:53.81ID:cmli/esG0  
第26回全日本ユース(U-15)サッカー選手権大会

[http://www.jfa.jp/match/prince\\_takamado\\_trophy\\_u15/2014/images/img\\_tournament.gif](http://www.jfa.jp/match/prince_takamado_trophy_u15/2014/images/img_tournament.gif)

---

**84Isogawa Takuji** : 2014/12/20(土) 21:17:11.76ID:2eIAIHLr0  
C大阪U-15との試合。0-2で敗戦したとのこと。監督は、選手を思い通りに動かそうとせず、選手が思い通りに動けるように、助言や提案をした方が良い。九州代表は全敗であった。

[http://www.jfa.jp/match/prince\\_takamado\\_trophy\\_u15/2014/images/img\\_tournament.gif](http://www.jfa.jp/match/prince_takamado_trophy_u15/2014/images/img_tournament.gif)

---

**85Isogawa Takuji** : 2014/12/23(火) 22:52:15.93ID:BPCxNIh30  
小学生では、まだ、言葉での指導は困難だが、中学生になると、言葉でも指導できるので、熱心な指導者ほどやりすぎてしまうということもあるのだろう。

選手も、試合に出して貰うために、監督の言うことを聞き過ぎてしまう。高校生よりも自己確立が脆弱であり、監督の思い通りにしすぎてしまうことにもなる。

何が問題になるかと言うと、自分自身で認識して判断すると早く速くプレーできるところを、監督の命令や指示を想起や忖度してプレーすると遅く遅くなってしまうことが敗因となるのである。

小学生には、少し球を外して走りながらトラップ→コントロール→キックというプレーを練習させた方が、目の働きや足の動きが良くなりそうだ。

---

**88Isogawa Takuji** : 2014/12/31(水) 00:33:18.31ID:CpubmKLJ0  
錦織圭氏のトレーナーである松尾公一氏が、12年はスイング後も体重が後ろに残っていたが、14年の映像では、膝が曲がって体重が前に乗る打ち方に代わり、力が分散されて、膝への負担が減り、膝や足首の痛みが無くなったとのこと。2014年12月19日西日本新聞朝刊19面。

足の指で地面を掴む感覚を磨くトレーニングを欠かさないことで、前へ出て速く攻めるスタイルの基盤を確立させた。股関節に痛みが出た時期もあったそうだが、長期間離脱することは無かったとのことである。軸足を浮かすエアケーが、衝撃を空中での体重の移動に吸収させていたのだろう。

<http://www43.tok2.com/home/isotaku503/sahyou/Trinita/article/2014/>



[Isogawa Takuji 2004](#)