



※2016年4月1日現在

9月～11月のセレクションで1学年20名の最高レベルの選手を獲得して育成し、トップチームに加入できるのは1～2名。我々の目標は、トップチームに何人の選手を輩出できるかです。

清水エスパルスの育成組織  
地域の二本となる育成システムをつくり、それにベクトルを合わせて地域の指導者が選手を育成してくれば、静岡サッカーのレベルアップにつながります。地域を大切にして、静岡出身のJリーガーを育成すれば、みんなが応援しようという機運が盛りあがります。それがホームタウンだと思います。



© S-PULSE

# 海外遠征での体験を活かし、全国大会で優勝 清水エスパルス ジュニアユース(U-15)監督 岩下 潤さん

## トップチームに 何人の選手を 輩出できるか

アカデミー(育成組織)は、一貫した指導がキーになります。トップチームに

## アスリートとしての身体づくりに力を入れる

ジュニアユース(中学生年代)チームの選手は、東は三島・沼津、西は島田から通ってきますので、清水駅・草薙駅から2台のバスで送迎しています。

練習時間は、平日は18時から19時30分。中学1年生は週2休、2年生は隔週で週2休、3年生は週1休。練習場所は、三保の人工芝グラウンドとフットサルコートがメインです。

練習は、学年毎に分かれて行います。ジュニアユースでは、3名の監督がそれぞれのチームを3年間担当し、選手の性格を把握することで、計画的に指導します。

トレーニングでは、個人のボールを扱う技術と個人の状況判断の戦術に力を注いでいます。それができなると、ユース(高校生年代)になってチームでプレーするときに、成功しないことが多いのです。

生活の変化で小学生が外で遊ぶなくなり、中学生の運動能力が落ちています。そこで昨年から、運動能力を上げることを入れています。良い技術をもっているけれど、身体が硬く、バランスを崩して転んだり、強い力を出せない子が多いので、強く動くにはどうしたらよいか、相手とぶつかる時にどう身体を使うかを指導しています。関節などの可動域を広げて、脚を速くし、プレーの幅を広げています。将来、プロの選手になるには、アスリートとしての身体づくりが必要です。

練習後に週2回、全員で食事することを始めました。トレーニング後に少しでも早く食べることで疲労の回復を早め、身体を大きくできます。食の細い子が多いので、「これくらい、食べないといけないんだよ」と伝えています。結果、選手の体格がしっかりしてきた

と感じています。

メンタル面では、毎日の練習に全力で取り組むこと、学校生活などピッチ外での行動をしっかり行うこと、苦手なことに全力でぶつかって、うまくいかなかったときでも、諦めずに努力することが、ピッチでのプレーにつながります。年1回、選手が通学する学校を訪問して、担任の先生と情報を交換し、授業を参観しています。

## 経験と成果

昨年の夏に10日間、「エスパルスアカデミーグリコサポートプログラム」の一環として、オランダ、ドイツに行き、4チームで大会を行いました。プロの試合も観戦しましたが、ぶつかって倒れても、すぐ立ち上がる選手がほとんどでした。それを見たことがきっかけとなって、選手たちは身体づくりに本気になりました。練習でも真剣勝負、脚の長い外国人選手とのプレーなど、貴重な経験ができました。

今年になり、5月のJFAプレミアカップ、8月の日本クラブユースサッカー選手権(U-15)大会で優勝しました。相手とのぶつかりあいでもボールを守る場面が増え、取り組んだ成果が出た事で、更なるレベルアップをしようと考えています。

今年から「アカデミー支援パートナー」の募集を始めました。地元の選手を育てるために、地域企業の皆様にご協力いただけたら、ありがたいです。

(11月9日取材)



日本クラブユースサッカー選手権大会で優勝した清水エスパルスジュニアユース



静岡商工会議所は清水エスパルスをサポートしています。