



Itto MORIYAMA
森山一斗
 流経大柏 (2年 / FW)

「回数がわかると目標になりますし、自分の課題に対して納得できます」

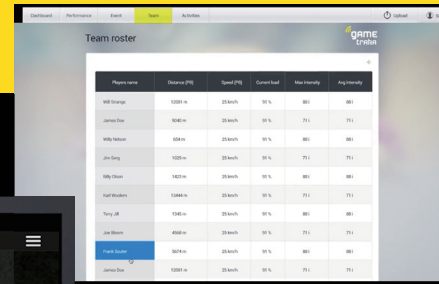
- 走行距離
- スプリント回数
- スプリント距離
- 最高速度
- ヒートマップ
- 強度



Yuichiro HONDA
本田裕一郎

流経大柏 (監督)

「日本の育成はデータ活用が遅れているし、全体で進めないといけない」



強豪

勝敗はデータで決まる!?

流経大柏が実践する数字とデータの活用法

トレーニング効率化やパフォーマンス向上を目的に近年、サッカーの現場でもデータの分析が盛んに行なわれている。今年の選手権でも、流経大柏のGPS機器導入が話題になった。その活用法、効果について尋ねるべく、インターハイ予選の合間に流経大柏グラウンドを訪ね、本田監督、コーチ、選手たちに話を聞いた。

取材・文 ● 平野貴也 写真 ● 滝川敏之



たので、それも見るようになりましと、複数のデータを試合のパフォーマンスの分析に役立てていることを明かした。

現在、機器は30人分しか揃えていないため、使用するのは試合の時のみ。しかし、流経大柏では、もともと2年前から試合中のシュート数、ボール奪回回数、1対1や空中戦の勝敗数などについて人海戦術でデータを採取してきた。SPT導入前から、データの重要性は認識していた。

とくに、ハイプレスと速攻が特徴のため、生まれやすくなるセカンドボールの奪取率を重視。高校生同士なら60%以上、大学生相手でも50%という目標を持って取り組んでいるという。少ないボールタッチ数で攻撃の展開を早めることも数字を取って示すことで向上し、不用意なボールロストから攻撃される回数が減少。近年の失点数減少は、その成果だと捉えている。

ほかに、1〜2週間の練習テーマに対して、個別に数字を取ることもある。本田監督は「面倒だけど、日本の育成はデータ活用が遅れているし、全体で進めないといけない」と課題の洗い出しや、取り組みの成果が分かりやすく、選手の課題解消にも役立つデータ利用の重要性を強調した。すでにSPTを75個追加注文しているという。

数字を見て、皆が考えるチーム全体が成長していく

ただし、数字だけがすべてではない。試合内容やポジションによって、数値が違ってくる。データ収集と分析を担当している齋藤礼音コーチは「戦術や内容によって、出るべき数値が違うことを理解しないと、数字が上がり

課題と目標が明確に数字が持つ説得力

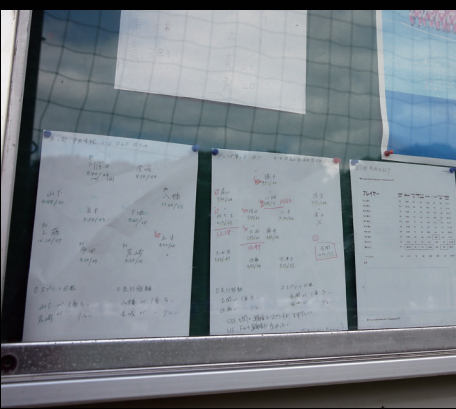
日本代表や国内外のプロリーグで選手がユニホームの下に黒いスポーツブラのようなものを身につけている姿を見たことのある読者は多いだろう。位置情報を管理するGPS機能を用いて、選手の走行距離や移動速度などのデータが計測できる機器だ。

国内でもJリーグだけでなく、大学や高校でも見かけるようになった。千葉県の強豪、流経大柏(総体予選は県大会決勝で敗退)も昨年からはSPTという「GPSスポーツパフォーマンスストラッキングシステム」を使い始めている。

「ドイツでは、練習でもグラウンドにアンテナが建っていて、指導陣はパソコンでリアルタイムのデータを見ながら選手に声をかけていました。このSPTを使うようになり、出てきた数値と自分の感覚にそれほど大きな違いはないと分かりましたが、試合の翌日にデータを見せて説明すると、指導者も選手も、冷静に考えられます。

昔なら「もっと走れ」とか「タッチ数を減らせ」と言うだけだったけど、感覚だけだと選手が「やっていない」と思ってしまう。取り組む気持ちにならない。でも数字で情報を共有できると、指摘しなくても選手が課題を知って取り組むようになる。無駄な指摘や素走りなどの練習を減らせます。」

海外視察を重ねて興味を持ち、昨年の夏にチームで機器を購入した本田裕一郎監督は感じていた。数字の感覚による印象の違いで生まれる摩擦を減らすことにつながるようだ。



部屋の奥には各選手のトレーニングデータが、隣にはJリーグのデータも貼られていて、数字へ意識がうかがえた

ないことで悩む選手も出てきます。どのように数値を見ているかを伝えることは大切です。また、選手は数値を知ることと課題を意識して努力をしようとするけど、それをどういう方法でやるかが大事」と指摘する。

今シーズンの試合は、ボール保持回数が悪いわけではないのにシュート数が少ないという課題が出ており、ペナルティエリア内ではボールコントロールよりワンタッチシュートを意識するように伝えたことで改善傾向が見られたという。ただし、適当に打つシュートが増えれば本末転倒だ。

齋藤コーチは「コントロールしたくなるボールをワンタッチで打つために打ちにくいボールに慣れる必要があるので、シュート練習では少しストレスのかかるボールを打たせています」と話した。

データを取り、選手にどう伝えるかを考えるうちに、指導陣も練習内容をより考えるようになったという。

パフォーマンスの数値化は、選手の課題認識、取り組み意欲を確実に刺激する。運動量豊富な主将の八木滉史(3年)は「データ分析による成長の手応えを口にした」。



「新しいものもどんどん取り入れたい」と語る本田監督。72歳、奮闘を続ける流経大柏の指導者

数字の説得力が、個々の感覚による印象の違いで生まれる摩擦を減らすことにつながるようだ。

機器によってピッチ内の移動エリア、時間帯別走行距離などさまざまなデータを選択できるが、選手が興味を示しているのは、おもに走行距離とスプリント回数だという。

FW森山一斗(2年)は「気にしているのは、スプリントの回数です。裏への飛び出し、守備への切り替えの指標が60回が目安。日本代表の前田大然選手(松本山雅)は、自分とスプリント回数が20回くらい違っていて、目標になりますし、自分の課題に対して納得できます」と、とプロとの比較に刺激を受けていた。

ゲームでデータ収集トレーニングに活用

1年近く数字を見てきたことで、捉え方に変化が生まれている選手もいる。ボランチの藤井海和(2年)は「ポジション取りの速さの目安になる力走(少しスピードを上げた移動)の回数は、気になっています。ゴールを決めた日は数値が良いなど、ハッキリとデータが出ます。また、最初は走行距離ばかり気にしていたけど、ボール奪取が多い試合はスプリントが多いことに気付い



千葉決勝(日本代表)に3-1の大勝戦の末、総体出場を逃した流経大柏。新たな課題が見つかったらどうするか

「細かい位置修正などが走行距離に反映されていると感じます。ただ、監督からは「狙いを持って走った」と「相手に走らされた」のでは、同じ数字でも意味は変わると言われています。最近では試合展開も振り返って、走行距離の数字と感覚をうまく合わせて試合を冷静に評価できるようになったかなと思います。」

チーム全体でも、たとえば、FW陣は交代した選手を含めた全員走行距離を見て、フオアチェックがどれくらいできていたかの参考にしています。データ化は、すごく助かっています。数字の見方がブラッシュアップされ、継続して数字が蓄積されていけば、データの活用はさらに進むはずだ。指導陣や選手の意識も、トレーニング内容もつねに進化を続けて、理想のサッカーを探り続けていく。