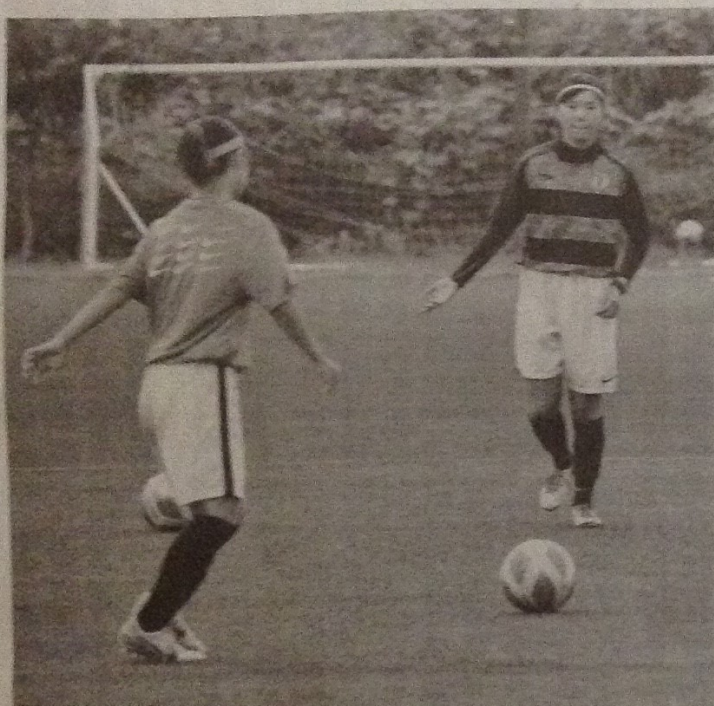


黙々と夢舞台へ練習



湘南学院高・女子サッカー

コロナ対策 声出さずパス

高校女子サッカーの強豪・湘南学院高校(横須賀市)が、声を出さずにプレーする「サイレントサッカー」を練習に取り入れている。新型コロナウイルスの飛沫感染を防ぐために始めたところ、パスを出す相手の動きをより意識して見られるようになるなど、思わぬ収穫があった。冬の全国選手権大会を目指し、静かに闘志を燃やしている。

(小松大樹)

相手の動きより意識

女子サッカー部は昨年6月の関東大会でベスト4。OGには、2011年のワールドカップで優勝した日本代表「なでしこジャパン」のDF近賀ゆかり選手がいる。

コロナ禍で3月から休校となり、サッカー部は6月上旬、土日のみの全体練習を再開。木村みき監督(40)が「練習させる以上、絶対に感染はさせられない」と、声を出さない練習を思いついた。

今月中旬に訪れると、約20人の部員が、中道はな主将(3年)の電子ホイッスルの合図で準備運動やストレッチを黙々と行っていた。ボールを止めるトラップの技術を磨く練習では、ペアになった選手たちが、それぞれ頭の中で数えて予定回数をこなす。ヘディング

2」と声を出した中道主将に、木村監督は「気持ちちは分かるけれど、心の中で唱えて」と声をかけた。

パス練習では、受ける側が左右どちらの足元にボールがほしいかを手で指し示し、パスを出す側はそこを狙う。うまくボールが渡れば、受けた選手は次の一歩を出しやすくなる。中道主将は「ただ声が出た方向にパスを送るのではなく、明確な意識が生まれた。声を出さないことで逆に、声の重要性も感じた」と話す。木村監督も「周りを見てプレーする『ルックアップ』はサッカーの基本。その意識はサイレントの方が身につく」と手応えを口にする。

「練習に制限がある期間にスキルアップし、本来のチームの売りである声を上乗せして、強くなるのが理想」と中道主将。「全国まで行って、最後は笑って終わりたい」と、冬の夢舞台を見据えている。

右手を出し、右の足元にパスがほしいと伝える