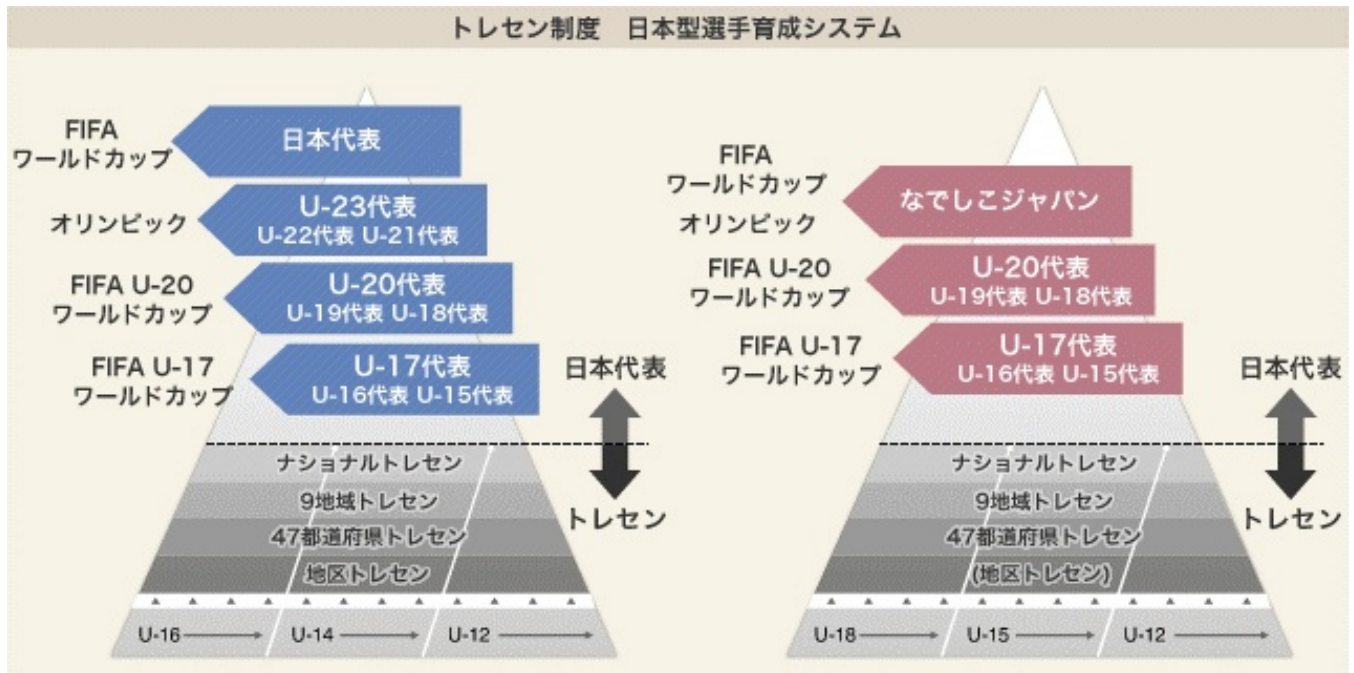


## トレセン制度

日本のユース育成の中心的役割を果たしているのが「トレセン制度:ナショナルトレーニングセンター制度」です。「日本サッカーの強化、発展のため、将来日本代表選手となる優秀な素材を発掘し、良い環境、良い指導を与えること」を目的に始まったこの制度は、男子ではすでに25年を経て(女子は2005年度より本格的整備が開始)、さまざまな変革を行いながら、組織的にも活動内容においても充実したものとなり、トレセンを経験した選手から各年代の日本代表選手の多くが選出されるようになりました。



トレセンでは、チーム強化ではなく、あくまでも「個」を高めることが目標です。世界で闘うためには、やはり「個」をもっともっと高めていかなければなりません。レベルの高い「個」が自分のチームで楽にプレーができてしまって、ぬるま湯のような環境の中で刺激なく悪い習慣をつけてしまうことを避けるために、レベルの高い「個」同士を集めて、良い環境、良い指導を与えること、レベルの高い者同士が互いに刺激となる状況をつくるのがトレセンの目的です。テクニックやフィジカルの面から、その「個」のレベルに合ったトレーニング環境を提供することは、育成年代において非常に重要な考え方です。

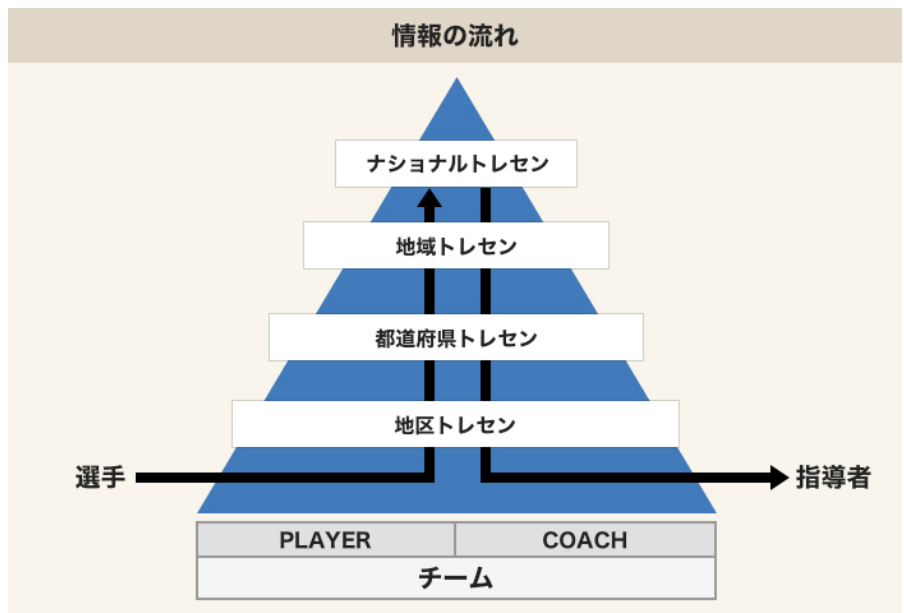


## ・ ナショナルトレセン概要

「トレセン制度」の中核を形成する「ナショナルトレセン」は、各地域から選抜された選手たちにより良いトレーニング環境を与える強化育成の場であるとともに、指導者のレベルアップの場でもあります。

1996年度より情報発信・共有化の機能を高めるために大会形式から研修会形式に変更し、「世界」を基準に抽出された「日本サッカーの課題」から各年代に応じたテーマを設定し、その課題を克服するためのトレーニングやレクチャーを行っています。

また、各地域トレセン指導スタッフや、並行開催される指導者講習会に参加する指導者の方々へ、テーマ・トレーニングキーファクターを明確に示すことにより、各地域・各都道府県トレセンの選手たち、グラスルーツのチームの選手たちにも情報・知識が伝達されていきます。「ナショナルトレセン」を発信源として、強化・育成のベースが構築されているのです。



## トレセンの選手として

