

OFA GK育成プロジェクト 活動レポート

2018年2月
一般社団法人大阪府サッカー協会



OFA GKアカデミー

文責：時久 省吾（OFA GKアカデミーGKコーチ）

2月は火曜と木曜にチームでトレーニングを行い、それ以外はチーム活動とGKトレーニングをスケジュールに合わせて行いました。また大学の方にもトレーニング参加を行い、トレーニングマッチにも出場しました。1月にはメンタルの面でしっかり自分と向き合いトレーニングに望む姿勢であったり取り組み方を再確認したので、自ら積極的に取り組むことができました。テクニックの面ではキックの質（ゴールキック、サイドボレーキック、パス&サポート）を重点的に取り組みました。ゴールキックなどのプレスキックは飛距離、制度も上がってきたのですがパス&サポートに関してはまだまだパススピードが遅く相手のプレッシャーがかかってしまう場面が多くみられました。選手は大学生と一緒にプレーさせてもらい、プレススピードやボールスピードが早い中でプレーすることにより、いつもの準備では間に合わないことを感じることができたと思います。ただクロスボールへの対応は良くなってきていて、大学生を相手にしても、いいタイミングでキャッチすることができていました。大学生とのゲームは選手にとって非常にいい経験になったと思います。その経験を自チームに戻った時にはかなり余裕をもってプレーすることができていました。しかし選手はそのスピード感ではなくよりゲーム展開が早い中で準備ができるようにしていきたいと思います。さらに3月はコーチングの質を高められるよう声のボリュームであったり観るポイント、コーチングのタイミング、ワードを意識して取り組んでいきたいです。



OFA GKスクール

文責：櫛引 実（JFAアカデミー堺GKコーチ）

今月はU-12コースが2回、U-15コースが1回でした。U-12は2月5日（月）レッスン4（グラウンダーのダイビング）、2月19日（月）フィールドテスト。U-15は2月26日（月）フィールドテストを行いました。U-12のレッスン4（グラウンダーのダイビング）では、グラウンダーのローリングダウンが基本となるので、その復習に重点をおきました。構えの確認からボールを持った状態のローリングダウン、静止球でのローリングダウン、投げたボール、蹴ったボールと段階をふんで行いました。これまでの積み上げが出来ている子供が多く、スムーズに進められ、グラウンダーのダイビング（静止球）までをやる事が出来ました。ただ、実践となると大人がやっても難しいテクニックなのでこれからの宿題となります。また、その後のゲームでは良いプレーがたくさん出て、これまでの積み上げが出来ていると感じました。19日（月）のフィールドテストでは、スプリント（10m、20m、40m）、10mシャトル（4ターン）、バウンディング（5歩ジャンプ）を測定しました。前回は半年以上前の6月19日（月）に行いましたが、個人の数値は大きな変化は無く、種目によっては下がっている子供も数名見受けられました。ただ、平均値だけをとってみると全ての種目が向上していました。これによりスクール生全体としては確実に成長していることが伺えました。U-15も26日（月）にフィールドテストを行いました。1、2年生は学年末試験、3年生は高校受験前ということもあり3名のみ参加となりました。U-12と同様の内容でしたが、前回との比較ができるデータにはなりません。ただ、同年代の数値と比べると少し低いものでした。両コースともに残り2回づつのレッスンとなります。どちらも少なからずテクニックの向上は見られます。最後まで気を抜かずに取り組むしたいと思います。



協賛

プーマ ジャパン株式会社、関西ユニバール株式会社、ユアサM&B株式会社

お問い合わせ先

一般社団法人大阪府サッカー協会

〒550-0004 大阪市西区鞠本町1-7-25 イトーダイ鞠本町ビル6階

TEL：06-6441-5881（平日10:00～18:00） FAX：06-6441-5882 <http://www.osaka-fa.jp>