

# OFA GK育成プロジェクト 活動レポート

2018年8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）

8月も引き続きシュートストップを重点的に取り組みました。夏休みを利用して大学のトレーニングに参加させていただき実践経験を積ませてもらいました。シュートスピードやテンポの速さについていくことが出来ずうまくパフォーマンスを発揮できませんでした。年上の人たちとコミュニケーションもなかなか取れずプレーも消極的でした。それまでGKアカデミーでのトレーニングでは良いパフォーマンスが出来ていたのですが実践形式になると持っているものが発揮できないという状況でした。なぜうまくできなかったのか。闘うメンタリティはあったのか。技術的な部分では良い準備が行えていたのか。味方と連携してゴールを守れたか。普段の取り組みはどうなのかを話し合いました。GKトレーニングのなかでいかにイメージを持ちながら取り組めるか、アカデミーとしてのトレーニングも人数など環境に制限はありますがトレーニングにしっかりとテーマを持ちリアリティを持たせられるかが課題になってくると思います。選手自身が自分の課題を発見し自ら自発的に改善に取り組むといった人間性がこれから求められるようになってくると思います。与えられたメニューを淡々とこなすだけのことが無いよう、自分の考えをしっかりと持てるような環境を作っていきたいと思います。



## 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、U-15共に1回ずつでした。それぞれU-12は8月20日(月)にレッスン4（ローリングダウン）、U-15は27日(月)にレッスン6（フロントダイブ）を行いました。U-12のローリングダウンは、昨年から継続しているスクール生は、かなり正確に出来るようになっていました。ただ、新規のスクール生はすぐには出来ず、安全に確実にテクニックを発揮させるために、長座でボールを保持した所からゆっくりと段階的に進めていきました。構えから重心移動、下から順番に、斜め前方へ関節を打たないようになど、注意して指導しました。また、キャッチした後のことも考えて手のひらを使って素早く立つ事も伝えました。フォームに関しては殆どのスクール生が出来たと思いますが、シュートに対して適切にテクニックが発揮できるか？となるとまだまだ正確にはできませんでした。U-15のフロントダイブでは参加者が5名と少なく、最後に行うゲーム形式のトレーニングをせずに、ファンクショントレーニングとシチュエーショントレーニングまでとしました。その分、いつもより多くの時間をテクニックに費やせました。静止球で一步～助走をつけて、コントロールしたボール（動いている）、フェイントあり、パスしたボールの移動からドリブルのみ、ワンタッチシュートありと、段階を踏んで進めていきました。そのおかげでその後のスルーパスに対してのトレーニングでも失敗を恐れずに、果敢に飛び出す事が出来ていました。スクール生たちも飛び出してフロントダイブで止めたり、間に合わない時にしっかり構えてシュートストップやシュートブロックなどでしっかり対応できるようになり、自信をもってプレー出来るようになっていました。後は所属チームでDFとの連携を深めながら、対戦チームが何処であっても恐れずにトライし続け、自分のものにしてもらえればと思います。



協 賛

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://osaka-fa.or.jp>