

OFA GK育成プロジェクト 活動レポート

2018年11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）

11月も10月に引き続きゲームに関わり続ける事をテーマにトレーニングを行いました。それぞれ自チームでのトレーニングマッチなどを見て、ポジショニングなどはボールが移動するたびに取り直して的確に取れていたが味方へのコーチング(特に逆サイド)は欠けていることが多くみられた。ボールをキャッチして攻撃にうつる時も、どうして欲しいのかを伝えられずパスコースを自ら作り出すような事が出来なかった。もっと攻守においてGKから積極的に働きかけて主導権を取れるようなゲームコントロールをしていきたい。今取り組んでいる3つのテーマとして良い準備の徹底、基本技術の習得、攻守に関わり続ける事が重要な年代だと考えています。良い準備に関しては根底にゴールを守る～ゴールを奪う為に効果的かつ的確にプレーが出来るようになること。その為にボールや相手、味方、スペースなどを把握して分析から予測してポジション(構え)を取りながらコーチング、プレーの実行(決断)が必要になってきます。ゴールを守りたいというシンプルな気持ちは非常に大切なことだと考えています。やられないから必然的にトレーニングに身が入りますしコーチングも本気で味方を動かそうとしていくと思います。そのなかで方法やテクニックのアドバイスをしていくことがコーチの役目だと思います。まだまだ彼らにはその部分を伸ばしていくことが可能なので、もっとGKとしてのメンタリティを鍛えていきたいと思っています。



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2回づつでした。U-12は11月5日(月)にレッスン8(ディストリビューション：スローイング)、19日(月)にレッスン8(ディストリビューション：キック)を行いました。U-15は12日(月)レッスン9(ハイボールジャンプキャッチ)、26日(月)レッスン10(パンチング)を行いました。U-12のディストリビューション(スローイング)はでは、オーバーアームスローとアンダーアームスローを左右ともに投げられるように指導しました。また、ローリングダウンやダイビングのキャッチした後に素早く立って投げるテクニックも加えて指導しました。アンダーアームスローに関しては素早く弾まないようにスピードのあるボールとなると意外に難しそうでしたが、利き腕に関しては殆どのスクール生は出来たと思います。ただ、利き腕でない方では出来ないスクール生が殆どでした。また、オーバーアームスローに関しては両腕共に正しいテクニックで正確に投げられるスクール生は少なかったです。特に素早く正確にスピードがあるボールを味方の足元にコントロールしやすいボールはなかなか投げられませんでしたが、ゲーム中では味方FWの動きを観て積極的にトライし、30m近くを投げるスクール生もいました。キックに関しては左右差なしでは蹴れず、利き足でも30m以上の距離を正確には蹴れないスクール生が殆どでした。とにかく普段から数多く蹴ってほしいと伝えました。U-15のハイボールジャンプキャッチはテクニックからおさえて、相手や味方を入れて段階的に進めましたが、テクニックの所だけでも踏み切り足の得意・不得意や落下点の見極めが難しそうでした。ハイボールジャンプキャッチでは、合わせてクロスに対応となり、U-15年代からは課題となるテーマですので、パンチングやエリアに進入された時の対応も含めて4～5セッション続けて行いたいと思います。



協賛

ユニバー株式会社、ユアSAM&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>