

OFA GK育成プロジェクト 活動レポート

2019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月のテーマは、ゲームでの関わり方を主に取り組みました。トレーニングの場としては主に大学生の中に入ってプレースピードや強度の高い中でどう味方に関わるかという事を意識しました。マイボールから相手ボールになる瞬間にいかにもリスク管理が出来ているのか。サポートのポジションを取っている選手をどこでマークに切り替えるのか。センターバックのチャレンジカバーや逆サイドのポジショニングなど様々な場所に目を配らせ、的確にコーチングしなければなりません。その際にもいつ何を見るのか。そして誰にどんな口調で何を伝えるのか。どのような声掛けが味方に伝わりやすいのかをGKは知っておかなければなりません。そしてGKがボールを保持した時は前線から配球する場所を選択するのですが、時間をかけずに的確な場所へフィードする技術やどこにスペースがあるのかを察知する目や、受け身にならず自分から見方を動かせる(自分も動く)ようになる事が大切です。もちろん点差や時間、味方の疲労を考えて時間を作ることも大切ですがスピーディにサッカーが進むような働きかけを心掛けています。このような関わり方をしながらGKとしての準備も同時に行います。もちろん失点をしてしまう事や得点することもあります。その時のGKとしての振る舞い方なども非常に大事な要素となっていきます。ゴールを守るという責任を全うしながらチームにどのような関わり方が良いのかを選手には考えて表現してもらえればと思います。



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-15の1回のみで、U-12はありませんでした。U-15は8月26日(月)にレッスン6(フロントダイブ)を行いました。13名(うち1名女子)の参加でした。夏休み期間中はスクールはなかったので、約1ヶ月ぶりのレッスンになりました。復習もかねてW-UP後に2人組で正面キャッチング(オーバーハンド、アンダーハンド、バウンシング、グラウンダー)、ローリングダウン(ライナー、グラウンダー)、ダイビングを行いました。ここまでの積み上げは多くのスクール生ができていました。その後で、静止球の一步ダイブから始め、助走あり、コントロールしたボールに対してと段階を踏んで積み上げていきました。一步の時には、構える姿勢が高すぎたり、上に飛びすぎたり、その場ステップをしたり、手が前に伸びなかったりという課題がありました。助走ありになると、回り込んだり、最後のダイブが近かったり、遠かったり、出足で足が一步下がったりなどの課題がありました。そして、コントロールしたボールに対しては、ボールをとらえる位置が合わないことが最も多くありました。一つ一つ課題を改善する指導(デモンストレーションなど)を行い、アタッカーがつく1vs1のシチュエーショントレーニングに進みました。ここでは出る出ないの判断、横へのドリブルの対応、声のタイミングに課題がでました。そこでも発問をしながらデモンストレーションを交えて指導していきました。すべては改善できませんでしたが、ゲーム形式に入っていました。ゲーム形式ではポジションが高すぎてループシュートを入れられるシーンがあり、フリーズして全員に考えてもらいながら指導をしました。その後はDFに対するコーチングや前後のポジショニングの修正を意識してプレーしていました。フィールドプレーも含めて全員が積極的にプレーしていて良いセッションになりました。



協賛

ユニバーサル株式会社、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>