

# OFA GK育成プロジェクト 活動レポート

2019年10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）

10月は主にクロスに対応をメインにトレーニングしました。クロスボールの対応で重要な事は空間認知です。素早く落下地点を把握して対応しなければなりません。ボールに対して最短距離でアプローチする事が大事ですがタイミングも非常に大切です。早すぎると相手との接触でパワーを発揮できないのでパワーをもってボールにチャレンジ出来ているかが大切です。そこまでのフォームづくりでは腕の振りをコンパクトにすることを意識しました。動作が大きくなりすぎて時間がかからないようにすることもクロス対応では大事なことです。選手にはスタートポジションからボールを常に狙う意識を持つこと、行けそうかなと思ったボールには必ずチャレンジするように促しています。しっかりと狙いをもってチャレンジしているプレーには褒めてあげ更にプレーエリアを拡大出来るようトライしています。クロスは苦手意識を持つ選手が多いですがトレーニングで得意分野にできるよう取り組んでいきたいと思えます。



## 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が1回、U-15が2回でした。U-12は10月21日（月）にレッスン8（ディストリビューション）を行いました。U-15は10月7日（月）にレッスン8（ディストリビューション）、28日（月）にレッスン9（ハイボールジャンプキャッチ）を行いました。U-12のディストリビューションは、GKが攻撃の第一歩を担うことを理解させて指導しました。そして、キックもスローイングもテクニックを中心に左右両方を使うことを指導しました。利き足のキックや利き腕のスローイングは殆どのスクール生ができましたが、非利き腕・非利き足は出来ないスクール生が殆どでした。しかし、ゲームでは優先順位を考えてトライし成功する事が多くありました。ただ、GKの時に自陣でパスを受けに来ることも多く、そこは指導しました。まだまだサッカー理解は不足していると感じました。U-15のディストリビューションもテクニックを中心にトレーニングをしましたが、利き足や利き腕であっても十分な飛距離やパススピードは不足する印象でした。そこからトレーニングでは優先順位をGKとFP共に共有して、動き出しのタイミングを観てプレーを選択することを要求していきました。U-12同様にGKではすぐに近くからスタートするので、目線を遠くにチャンスがあれば狙うところから伝えると、そこを駆け引きに近くにパスができるようになりました。しかし、ロングキックの精度には課題があったので、数多く蹴ることを伝えました。また、28日（月）のハイボールジャンプキャッチでは、サイドから上がったボールに対する落下点の見極めには課題がありました。ボール状況や中の状況から指示や予測をたてながらポジション修正することはエラーが多かったです。ただ、それでも多くのスクール生が積極的にトライすることができたので、次につながると感じています。次回はパンチングをテーマにクロスに対応を再度行います。



協賛

ユニバーサル株式会社、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>