

OFA GK育成プロジェクト 活動レポート

2020年6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）

今月中旬から活動が再開し、復帰に向けて対策を取りながら準備を進められるようになりました。体重面では少し増量が見られたのでランニングやバイクなどを使って有酸素運動を多めに行いました。個人での自主トレーニング期間ではなかなかGKで使う動作は行えなかったため、再開後は基本動作を確認しながら行いました。月末くらいには体重も元通りになり動作も慣れてきて、チームトレーニングもグループからチームに移行し始めました。シーズンは8月下旬からの予定となりそれまでにしっかりと準備していきたいと思います。今回のコロナの件で様々な経験をしています。当たり前にはサッカー出来ていた環境に感謝して予防などの対策をしっかりととりながら新たな生活スタイルをとっていかねばなりません。選手にはしっかりと自立して行動をとっていただけるようにし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）

2020年は3月以降コロナウイルス感染症が流行し、全国的にあらゆるものが活動自粛（停止・中止）となり、昨年度もコースをすべて消化せずに終了してしまいました。そして、今年度も通常の4月には開校できず、皆様には多大なご心配をおかけしたと思います。しかし、JFA、OFA、スクール生とその保護者の方々、J-GREEN堺のご協力で2ヶ月遅れではありますが、無事に開校することが出来ました。誠にありがとうございます。この場を借りてお礼申し上げます。このような環境ではありますが、両コースともに20名を超える登録者数になりました。スクール開校に際して、コロナ対策をOFAのガイドラインののどって行っております。また、熱中症の事も考慮してマスクはスクール生、コーチ共に無しで距離をとっての指導をしていることを了承して頂いています。今月は22日（月）U-12、29日（月）U-15を1回づつ行い、テーマは共に基本姿勢でした。両コースとも最初のレッスンでGKの最も重要なテクニックの一つで原点にもなるので、姿勢作り（スクワットや体幹）から始めました。U-12はもちろんU-15のスクール生も正しい姿勢をとれないでいました。継続して行いたいと思います。その中で強調し伝えたのは、いつでもどこでも動ける事、どこでも手が出る事（前方）、スタートポジションと構えるタイミングです。これが完璧にできれば後で習うテクニックがスムーズに積み上げられるのでしっかりと身に付けて欲しいです。特にU-15のスクール生で少し癖があり、手が遅れてキャッチが上手くできない時には実は構えが原因である事に気づかせられたことは良かったと思います。このように本人が自覚して普段の練習で意識して、良い習慣が出来れば幸いです。今年度もOFAGKスクールを通してしっかりと積み上げて欲しいと思います。



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>