

OFA GK育成プロジェクト 活動レポート

2020年12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）

2020年度の終わりににあたってまず、選手には個人の目標設定をどの程度クリアできたか。そして現状更に上を目指していくには何が必要なのか話し合いました。これまでGKとしてのスキルアップには、人間的成長が1番大事であるという事を選手と考えました。現状、決められた時間でのトレーニングになることが多い中で、しっかり集中して日々のトレーニングが行えているか、もっと質の高いトレーニングが出来るのではないかと自分を自身見つめなおす必要があるのではないかと。また目標に向かって1日24時間の使い方は正しく行えているか。学校生活の取り組みも全てサッカーに置き換えて考えることによりポジティブに取り組めるのではないかと、GKに必要な要素として考えることはできないかという事を話し合いました。人間的に大きく成長していくこと、そこがGKとしての成長につながると感じています。選手自身も今年は次のステージでサッカーを続けたいと思います。より高い強度のなかでのパフォーマンスが求められてきます。その中で強いメンタリティをもって望めるか、そこから学んで次に生かせるかが大事になってくると思います。選手には人間的にもGKとしても大きく成長してもらいたいと期待しています。



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14日（月）にU-12が1回、U-15は7日（月）と21日（月）に2回行いました。14日のU-12のテーマは決めずゲーム中心で行いました。U-15は7日にディフレクティング（ポスト方向）、21日にシュートブロック（フェンス）でした。U-12のレッスンはテーマも後、一つを残すだけで今年最後という事もあり、ゲーム中心で各自に課題を持って臨んでもらいました。16名が参加し、3チームに分けてゲームをしましたが、初めに比べてゲームらしく、GKらしくなったというのが率直な感想です。更に良くなるように継続して指導していきます。U-15のディフレクティング（ポスト方向）では、長座の静止球から立膝、立位、手投げ、キックしたボールへと段階的に進めました。また、両手と片手のテクニック、弾いた後に立つ（素早く）までを指導しました。単純なテクニックに関しては概ね出来ていましたが、タイミングが合わず弾く方向や強さには課題がありました。それ以上に実践に近づく判断に課題があり、キャッチできるボールを弾いたり、弾く方向にエラーが多く、また、肩より上のボールをダイビングする際は逆手にするのが良いのですが、トレーニングするまでは至らず、ゲームで現象が出た時にデモンストレーションして、当人のみトライしてもらいました。21日のブロック（フェンス）では、股関節の柔軟性に課題があり、そこに時間を割きました。その為、足のシュートストップでのテクニックでは、打たれる直前に構えきれない事や後傾して足しか出ないシーンが多く、まだまだテクニックが出来ていませんでした。また、シュート練習の時にはハンドプレイできる所を足でいくなど課題がありました。両レッスンのゲームの課題は、簡単にシュートを打たすケースがあったのでコーチングとDFとの連携についても指導しました。来年も本年同様、コロナ禍ではありますが宜しくお願いします。



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>