

# ROKUIAI白山.Football.Academy

ロクアイハクサン フットボール アカデミー

## 基本理念

フットボールを通して人間形成を軸に

- 1.フットボールの楽しさ
- 2.チャレンジする大切さ
- 3.感謝する気持ち

を子ども達に伝えます。

そして、この年代にしか出来ない『**実践技術**』  
の習得を目指し、子ども達の心身の健全な  
発達を促します。

# ROKUI HAKUSAN Football Academy

ロクアイハクサン フットボール アカデミー

## 『実践技術』の習得

### 戦術的ミッション

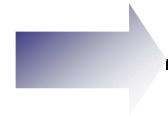
『ボールを失わずにゴールまで運ぶ！』

★ 楽しいフットボールがしたい！



- ・勝った方が楽しい？
- ・負けた方が楽しい？

★ 勝ちたい！



・勝つためにゴールを奪う!!

ゴールを奪う!! ためにボールを奪う!!

★ 良い選手

より速く確実にゴールを奪う!!

ボールを奪う!! ができる選手

# 指導方針 6つの心

## 1.努力する心

常に前向きに何事にも努力しましょう

## 2.誠実な心

コーチ・親・友達との約束やルールを守りましょう

## 3.尊敬する心

プレーする仲間、相手選手、審判、親、みんなを尊敬する気持ちでプレーしましょう

## 4.協調する心

常に周りのことを思いやり、考え行動しましょう

## 5.自立・自律する心

自分で出来ることは自分でしましょう

## 6.克己心

人と比べる前に、自分に負けないように努力しましょう

# 指導における5本の柱

## 1.コーディネーション

身のこなしがスムーズに行えるように様々な動作を取り入れたトレーニングを行います。

## 2.ボールフィーリング

思いのままにボールコントロールが出来るように指導します。

## 3.状況判断

自ら観て、考え、判断し行動できる選手の育成を目指します。

## 4.ファイティングスピリッツ

勝ちたい！負けたくない！という強い気持ちを持った選手を育成します。

## 5.アイディア

子ども達のひらめきやアイディアを大切にし、クリエイティブな選手を育成します。

# カテゴリー別の取り組み

## U-6(年中・年長)

身体を動かすことの楽しさを伝え、スムーズな身のこなしが出来るようにトレーニングを行います。

## U-9(小学1～3年生)

スムーズな身のこなしが出来るようにトレーニングを行い、楽しむことからグループ戦術、個人戦術を伝え、仲間と意識を共有できるようにトレーニングを行います。

## U-12(小学4～6年生)

楽しむことからグループ戦術、個人戦術を伝え、協力してやり遂げること、勝つことの楽しさを伝えます。自ら観て、考え、判断し、行動できるようにトレーニングを行います。

## 選手育成コース

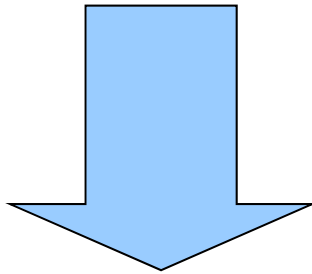
更に深くサッカーについてトレーニングを行いたいお子さまが参加し、厳しさの中で努力し、勝つことの楽しみを伝え、より深くフットボールについてのトレーニングを行います

※年齢に関係なくレベルに応じたカテゴリー分けを行っております

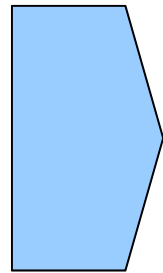
# プラン

## ① 数的優位を作る

## ② 数的優位を前に**運ぶ**



- ・スペースの認知
- ・バランスを保つ
- ・フリーな選手を使う
- ・遠くの選手を使う
- ・攻撃の幅・深み・広がり



- ・コントロールオリエンタード
- ・パス
- ・シュート
- ・ドリブル
- ・マークを外す
- ・サポート
- ・マーキング
- ・ポジショニング

# アクション

## ・コントロールオリエンタード

- ①意図のあるボールコントロール
- ②次のプレーに確実性と準備が得られるボールコントロール

## ・パス

- ①出し手と受け手の間での意思疎通
- ②ドリブルが速いかパスが速いか
- ③シュートorパス？
- ④基本的には強くて速いパス  
相手を思いやった質のあるパス
- ⑤受け手にとって敵から遠い方の足に出す。

## ・シュート

- ①いつ 最も良い位置でブロックされない瞬間
- ②どこで ゴールに近く、ゴールの中心に近いところ
- ③どんな風に 常に相手の意表をつく

# アクション

## ・ドリブル

- ①突破のドリブル 重心を低く・リズムの変化・相手との距離
- ②運ぶドリブル ボールを完全にコントロールする・視線をあげる

## ・マークを外す

- ①直接、間接的にボールをもらえる体制を維持する
- ②エネルギーを浪費せず良いタイミングでマークを外す
- ③良いタイミングで相手から離れる

## ・サポート

- ①相手ディフェンスに隠れない
- ②ピッチ全体を見渡せる身体の向き
- ③プレッシャーを受けている味方に対して、すぐにサポートに入る



# アクション

## ・マーキング

- ①どの選手に対応しているかを常に特定する。
- ②マークをする際、相手とゴールの間にポジションを取る
- ③自分の相手をマークしながら味方をカバーできる位置常にボールを観ながら・・・

## ・ポジショニング

- ①合理的なポジションを維持する  
オフENSが多い場合  
たくさん走る必要はある？  
良いポジションを取る必要がある？

## ・ボディーシェイプ

- ①次の動作に移りやすい良い身体の向きを保つ

# Confianza Sports Club

コンフィアンサ スポーツクラブ

**Confianza** とは スペイン語で『信頼』を表す意味  
人と人との信頼

すべては信頼からはじまる

オン ザ ピッチ、オフ ザ ピッチ

それぞれの場面で

人に信頼され

人を信頼できる人間を育てたい

それが私たちの願いです