

FC中原 クラブ方針

ミッション

- ・地域のサッカークラブとして
「サッカーの楽しさ、素晴らしさを伝える」
「サッカーを通じて人を育てる」

ビジョン

- ・サッカー選手としての育成
次のステージでのサッカーに繋がる、通用する選手
- ・社会で必要とされる積極性や粘り強さ、仲間を思いやる気持ち、
リーダーシップやモチベーションの高さなどの非認知能力(※)を高める
- ・勝利と育成の両立

※非認知能力とは・・・物事に対する考え方、取り組む姿勢、行動など、日常生活や社会生活において重要な影響を及ぼす能力。一方、IQや学力といったテストなどで評価する

指導指針

○競技として

- ・勝つために必要な技術、戦術、フィジカル、メンタル、コミュニケーション力などを高める指導をし、子供たちの「勝ちたい」を引き出す
ただし、結果にこだわったうえでのプロセスや気持ちを重要視する。
- ・次の年代に繋がるベースとして、技術、インテリジェンス、試合に向けた準備などを指導する
- ・戦える集団であるために選手1人1人が常に勝負にこだわり、“戦う強い気持ち”を持つ
- ・チームが勝つために何をすべきか自ら考え、全力を尽くして行動する選手を育成する
- ・様々な局面(“認知”、“分析”)でより良い判断をくだし、
適切なタイミングで“実行”できるインテリジェンスを養う
- ・その上で失敗を恐れずに「チャレンジ」し続けるマインドを養う
- ・自立心を育むため、自分でできることは自分でやるよう促す
- ・指導者も常に指導法をアップデートし学ぶ姿勢を持ち続ける

○楽しみとして

- ・大前提として、サッカーの楽しさ、素晴らしさを伝える
- ・子供たち、保護者、コーチ含めた皆が楽しむ場とし、
積極的な挨拶や声掛けの中から、勝つ楽しさ以外にも遊ぶ楽しさを感じてもらう

全カテゴリー共通トレーニング目標

- ①選手1人1人とコミュニケーションをとり楽しめる環境づくり
- ②サッカーを通しての人間性の教育的指導
- ③基本スキル(テクニックアクション)の育成
- ④4つの技術の質の向上＝運ぶ、飛ばす、受ける、奪うの質の追求
- ⑤判断を伴ったトレーニング
- ⑥原理原則を踏まえたインテリジェンスを養うトレーニング

各カテゴリー別トレーニング目標

U6	○様々な運動を楽しみながら運動能力を養う(コーディネーション) ○ボールに慣れる(ボールフィーリング)
U8	○基本スキルの育成 ○対人スキル(1対1)の育成 ○個人戦術の基礎的な内容 ○ドリブル強化 ○ボールに速く寄る、強いプレス、連続・継続性(ハイインテンシティ)
U10	○対人スキル(1対1)、個人戦術の向上 ○グループ戦術の基礎的な内容(2対1以上) (○ハイインテンシティ)
U12	○対人スキル、個人戦術、グループ戦術(2対2以上)の向上 ○フィジカル強化(トップチーム選手) (○ハイインテンシティ)

(参考 補足説明資料①)

◇サッカーとその本質の理解

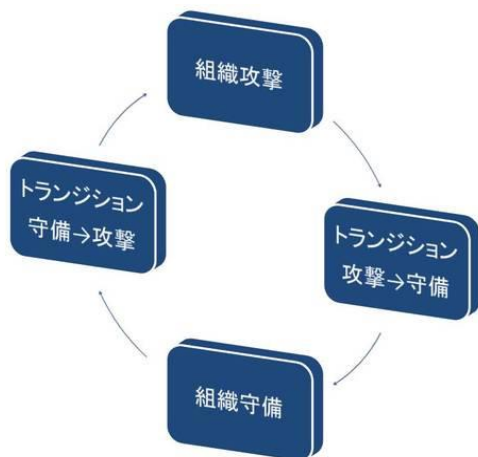
○試合の目的は勝利 そのために点を取る、取らせないためにプレー

○試合には攻撃と守備があり

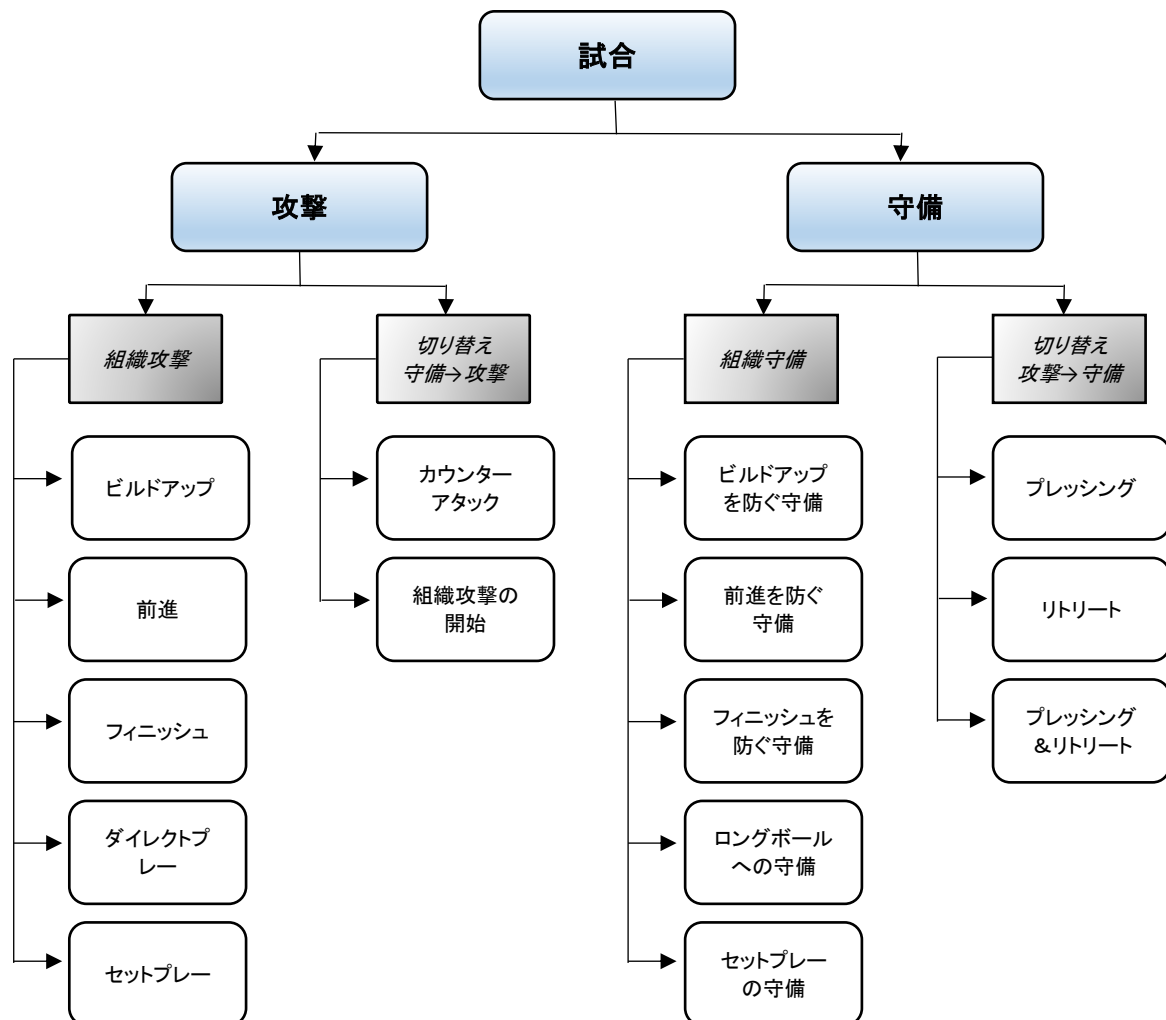
攻撃の目的 ①点を取る ②ボールを失わない

守備の目的 ①ゴールを守る ②ボールを奪う

○さらに試合には大きく4つの局面があり



○4つの局面をさらに分類すると15のプレーシチュエーションがある



(参考 補足説明資料②)

◇4つの技術(ここでいう技術とは、判断を伴った適切なボール操作の発揮のこと)

- ①運ぶ ドリブルになるが、スクリーンやターン、フェイントも含める
- ②飛ばす キック、ヘディング、スローイン、GKのパンチング
- ③受ける コントロール、キャッチング
- ④奪う ドジリングと言われるステップワークやタックル、ショルダーチャージが含まれる

◇基本スキル

テクニックアクション(攻撃)

- ① 運ぶドリブル
- ② 突破のドリブル
- ③ パス
- ④ コントロール
- ⑤ シュート
- ⑥ ボールキープ

テクニックアクション(守備)

- ⑦ タックル
- ⑧ クリア
- ⑨ インターセプト
- ⑩ 1対1の守備

※獲得した技術が戦術へと繋がっていくためにも、

「周りを観る」「ボールに寄る」「パスをしたら動く」「ボールを奪いに行く」ということを習慣化。

技術と戦術を結ぶ重要な要素(個人戦術の初歩)。

◇個人戦術

攻撃

- ① 幅をとる
- ② 深さをとる
- ③ マークを外す動き
(1.裏に抜ける動き 2.落ちて受ける動き)

守備

- ① カバーリング
- ② マーク
- ③ ペルムータ(カバーのカバー)

◇グループ戦術

攻撃

- ① ビルドアップ
- ② 前進、保持、侵入
- ③ フィニッシュ
- ④ ダイレクトプレー(中盤を飛ばすロングボール)
- ⑤ セットプレー

守備

- ①～⑤の攻撃に対する守備
チャレンジ&カバー

◇戦術的意図

攻撃

- ① 相手を引きつける
- ② 相手を分断する
- ③ ボールを保持する
- ④ 前進する
- ⑤ フィニッシュする

守備

- ① ディレイ遅らせる
- ② 誘導・限定する
- ③ ボール奪取
- ④ 前進の難易化 阻止する
- ⑤ 防御 ゴールを守る