

ROKUAI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。

ROKUAI白山.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！

★ 勝ちたい！



・勝った方が楽しい?
・負けた方が楽しい?

・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!!が出来る選手

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、考え方行動しましょう

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

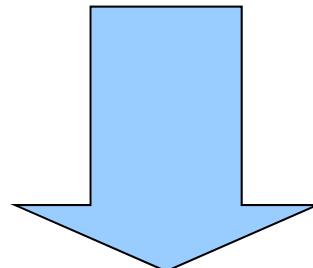
更に深くサッカーについてトレーニングを行いたいお子さまが参加し、厳しさの中で努力し、勝つことの楽しみを伝え、より深くフットボールについてのトレーニングを行います

※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

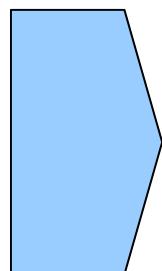
プラン

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
オフェンスが多い場合
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

アカデミー運営会社 一般社団法人コンフィアンサスポーツクラブ

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

ROKUAI HAKUSAN.Football.Academy

 **ROKUAI HAKUSAN** ¹⁰