

活動報告書

U-13

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	1	ブロック	U-13	日時	5 月 27 日 9 : 0 ~ 12 : 0
担当	下原史洋(菊間中学校)				会場	市原市立菊間中学校
参加スタッフ	高松、池田、小出、成田、小宮山、古川、小野、服部					
テーマ	基本的なボールコントロール					
指導方法						
① 2人組ボレー ・インサイド ・インステップ ・2タッチコントロール ・ヘディング ② 浮き球の処理 バウンドの上がり際を押さえて、コントロール ・インサイドで・・・ ・アウトサイドで・・・ 落ちてくるボールを、コントロール ・インステップで勢いをこらしてコントロール ③ インサイドキック(グラウンダーのパス) ・強さ、正確さ ・トラップ・・・ワンタッチで理想の位置にボールを置く						
キーファクター ・基本技術の向上・・・キック、トラップ、姿勢						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	1	ブロック	U-13	日時	6 月 24 日 9 : 0 ~ 12 : 0
担当	下原史洋(菊間中学校)				会場	市原市立菊間中学校
参加スタッフ	高松、池田、小出、成田、小宮山、古川、小野、服部					
テーマ	基本的なボールコントロール					
指導方法						
① 2人組ボレー ・インサイド ・インステップ ・2タッチコントロール ・ヘディング ② パス & ゴー ・ファーストタッチコントロール ・ファーストタッチをインサイドで・・・ ・ファーストタッチをアウトサイドで・・・ ・ダイレクトパスで ・トラップ・・・ワンタッチで理想の位置にボールを置く ③ インステップキック ・キックの正確さ。 ・ボールの回転方向 ④ 4vs2のパス回し						
キーファクター ・基本技術の向上・・・キック、トラップ、姿勢						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	1	ブロック	U-13	日時	7 月 21 日 11 : 0 ~ 15 : 0
担当	下原史洋(菊間中学校)				会場	市原臨海競技場
参加スタッフ	高松、池田					
テーマ	選考会・選考ゲーム					
指導方法						
① 6チームに分けて、ゲーム。 25分×6 ・ボールコントロール ・判断力 ・ディフェンス能力 などをチェック。						
キーファクター ・選手の選考及び、同カテゴリーの課題発見						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	1	ブロック	U-13	日時	10 月 28 日 9 : 0 ~ 12 : 0
担当	下原史洋(菊間中学校)				会場	市原市立五井中学校
参加スタッフ	高松					
テーマ	基本的なボールコントロール					
指導方法						
① ウォーミングアップ ・2人組 ② 1対1 ・ワンサイドカット ・アプローチのタイミング・距離 ③ ゲーム ・20分×6						
キーファクター ・基本技術の向上・・・ディフェンス、姿勢						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	1	ブロック	U-13	日時	11 月 25 日 9 : 0 ~ 12 : 0
担当	下原史洋(菊間中学校)				会場	市原市立五井中学校
参加スタッフ	高松、小出					
テーマ	サイドの活用 及び 12月の交流会参加選手の選考					
指導方法						
① ウォーミングアップ ・2人組 ・4対2 ② ドリル練習 ・3人組からのクロス練習 ③ ゲーム ・20分×6						
キーファクター ・基本技術の向上・・・キック、トラップ、姿勢						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	1	ブロック	U-13	日時	12月16日 9:00～13:00
担当	下原史洋(菊間中学校)				会場	市原市立千種中学校
参加スタッフ	高松					
テーマ	トレセン交流会 判断のスピード・個々のチャレンジ(ドリブル・シュート・ディフェンス)					
指導方法						
交流会に13名参加。 CFA 第1ブロックトレセン【U-13】 CFA 第2ブロックトレセン【U-13】 千葉県トレセン【U-13】 7. 実施方法 2コート展開で、4チーム毎の参加。：県×2・第1・第2地域対抗戦 ハーフコート 8人制 10分×2×3本 センターホイッスル フルコート 11人制 25分×2×3本 インターバル・ゲーム間は5分 8. 時 程 12月16日(日) 08:30 集合(試合会場) 08:50 挨拶、諸注意(試合会場) 09:00 8人制 Scene-1 09:30 8人制 Scene-2 10:00 8人制 Scene-3 11:00 11人制 Scene-1 12:00 11人制 Scene-2 13:00 11人制 Scene-3 14:30 解散						
キーファクター ・基本技術の向上…キック、トラップ、姿勢						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	1	ブロック	U-13	日時	2月23日 12 : 0 ~ 17 : 0
担当	下原史洋(菊間中学校)				会場	八街高等学校
参加スタッフ	高松					
テーマ	ポジショニング・ポゼッション 及び 2月23日の交流会参加選手選考					
指導方法						
① トレーニング ② 交流試合						
キーファクター ・動きの連続性						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	1	ブロック	U-13	日時	2月23日 12 : 0 ~ 17 : 0
担当	下原史洋(菊間中学校)				会場	八街高等学校
参加スタッフ	高松					
テーマ	ポジショニング・ポゼッション 及び 2月23日の交流会参加選手選考					
指導方法						
① トレーニング ② 交流試合						
キーファクター ・動きの連続性						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	1	ブロック	U-13	日時	2 月 24 日 9 : 0 ~ 13 : 0
担当	下原史洋(菊間中学校)				会場	菊間中学校
参加スタッフ	下原・小出					
テーマ	ファーストタッチコントロール・1対1のディフェンス					
指導方法						
① ウォーミングアップ ・2人組 ・4対2 ・パス&ゴー ② 1対1 ・アプローチ(間合いを詰める) ・コースの限定 1対2 ・アプローチ・チャレンジ&カバーの徹底 ・後方からの指示・サポート ・コースの限定 ③ ゲーム ・20分×3						
キーファクター ・チャレンジ&カバー						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	1	ブロック	U-13	日時	3 月 3 日 8 : 0 ~ 12 : 0	
担当	下原史洋(菊間中学校)				会場	市原スホレクパーク	
参加スタッフ	下原・高松						
テーマ	市原市4種トレセンとの交流試合及び紅白戦(ファーストタッチコントロール・1対1のディフェンス)						
指導方法							
① ウォーミングアップ ・2人組 ・4対2 ・パス&ゴー ② 交流試合 15分×3 ③ 紅白戦 20分×3							
キーファクター ・チャレンジ & カバー							

2011CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(南部)	U-13	日時	5 月 27 日 9 : 30 ~ 12 : 0
担当	早川陽平				会場	千倉総合運動公園
参加スタッフ	早川, 高梨, 武藤, 川上					
テーマ	積極的にコミュニケーションをとろうとする姿勢の育成					
指導方法						
・体操, ウォーミングアップ ・4対2のボール回し ・ゲーム形式 10対10						

キーファクター
 ○選手間のコミュニケーション
 ・自分が良いプレーをするため・仲間が良いプレーをするために, または, 自分がミスしないため・仲間がミスしないためのコーチング
 ・自分もチームメイトも一緒に楽しくプレーするためにどんな言葉をかければよいか

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

・第2ブロック内の安房地区6チームの1年生全員を対象として活動をスタートした。ただし、定期テストや学校行事で2チームが不参加となったが、4チームから36名の参加となった。参加選手の中には、4月から部活動としてサッカーを始めた選手もあり、力の差が大きいのが現状である。ただし、非常に意欲的に参加している選手もいる。選手同士の切磋琢磨から、選手がよりいっそう練習に励むことを期待したい。

安房地区においては、今年度、スタッフみんなでU-13トレセンの活動をつくりあげよう！(スタッフが参加しよう！、選手を参加させよう！、スタッフみんなで中学1年生の成長を見届けよう！)ということになっています。

トレセン活動の本来の趣旨とは異なる部分があるかもしれませんがご理解ご協力よろしくお願いします。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(北部)	U-13	日時	5 月 27 日 8 : 30 ~ :
担当	玉井 宏明				会場	一宮町立一宮中学校
参加スタッフ	玉井 宏明、西川 和伸、大塚 猛					
テーマ						
指導方法						
・ボールコントロール ・11vs11 のゲーム形式 GK練習 ・ステップワーク						
キーファクター ・選手間のコミュニケーション						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

選手一人ひとりの取り組む意欲の格差が多く見られた。
他の選手から学ぼうとする姿勢が多くみられる意識付けが必要と感じられた。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(南部)	U-13	日時	6 月 24 日 9 : 30 ~ 12 : 0
担当	早川陽平				会場	千葉県立館山総合高校
参加スタッフ	早川, 高梨, 武藤, 川上					
テーマ	シュートチャンスをつくる, シュートを打つ(ディフェンスを意識しながら)					
指導方法						
・体操, ウォーミングアップ ・10人組になってドリブル 5人ずつに別れて縦に並ぶ。ボールを持った5人が残りの5人を左右交互にドリブルで交わす。 ・スクエアパスからシュート練習 ワンタッチ, ツータッチでボールを動かしてからボールを受けてシュート 立っているだけのディフェンスを交わす動作を入れてからシュートする。仲間の方が良い位置にいればラストパスをだす。 ・11対11ゲーム 3チームに分けて20分×3, 15分×3						

キーファクター
 ○選手間のコミュニケーション
 ・自分が良いプレーをするため・仲間が良いプレーをするために, または, 自分がミスしないため・仲間がミスしないためのコーチング
 ・自分もチームメイトも一緒に楽しくプレーするためにどんな言葉をかければよいか

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

・第2ブロック内の安房地区6チームの1年生全員を対象として活動をスタートした。ただし、定期テストや学校行事で2チームが不参加となったが、4チームから36名の参加となった。参加選手の中には、4月から部活動としてサッカーを始めた選手もあり、力の差が大きいのが現状である。ただし、非常に意欲的に参加している選手もいる。選手同士の切磋琢磨から、選手がよりいっそう練習に励むことを期待したい。

安房地区においては、今年度、スタッフみんなでU-13トレセンの活動をつくりあげよう！(スタッフが参加しよう！、選手を参加させよう！、スタッフみんなで中学1年生の成長を見届けよう！)ということになっています。

トレセン活動の本来の趣旨とは異なる部分があるかもしれませんがご理解ご協力よろしくお願いします。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(北部)	U-13	日時	6 月 24 日 8 : 30 ~ 12 : 30	
担当	玉井 宏明				会場	茂原中学校	
参加スタッフ	玉井 宏明、西川 和伸、富永 裕之						
テーマ							
指導方法							
・ボールフィーリングを中心にしたトレーニング GK練習 ・キャッチング							
キーファクター							

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

全体的に声が少ないので、選手間のコミュニケーションを積極的にとる必要性がある。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(南部)	U-13	日時	8 月 20 日 13 : 0 ~ 15 : 30
担当	早川陽平				会場	千倉総合運動公園
参加スタッフ	早川					
テーマ	1対1の守備, 2対2の守備 ~コンタクトプレーを恐れない積極的な守備, チャレンジ&力					
指導方法						
・体操, ウォーミングアップ ・ボールコントロール ・リフティング						
・1対1 - ハイボールを競り合ってから開始 ・2対2 - チャレンジ&カバーの確認						
・シュート練習 - ゴールポスト脇から出されたボールをダイレクトで逆サイドネットをターゲットにしてシュート ・5対5のミニゲーム 3分×6本						
キーファクター ○選手間のコミュニケーション ・自分が良いプレーをするため・仲間が良いプレーをするために, または, 自分がミスしないため・仲間がミスしないためのコーチング ・自分もチームメイトも一緒に楽しくプレーするためにどんな言葉をかければよいか						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

・第2ブロック内の安房地区6チームの1年生全員を対象として活動をスタートした。ただし、定期テストや学校行事で2チームが不参加となったが、4チームから36名の参加となった。参加選手の中には、4月から部活動としてサッカーを始めた選手もあり、力の差が大きいのが現状である。ただし、非常に意欲的に参加している選手もいる。選手同士の切磋琢磨から、選手がよりいっそう練習に励むことを期待したい。

安房地区においては、今年度、スタッフみんなでU-13トレセンの活動をつくりあげよう！(スタッフが参加しよう！、選手を参加させよう！、スタッフみんなで中学1年生の成長を見届けよう！)ということになっています。

トレセン活動の本来の趣旨とは異なる部分があるかもしれませんがご理解ご協力よろしくお願いします。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(南部)	U-13	日時	8 月 24 日 8 : 0 ~ 16 : 0
担当	早川陽平				会場	館山市 出野尾多目的運動場
参加スタッフ	早川, 高梨, 小柴					
テーマ	自分のストロングポイントをアピールする					
指導方法						
・体操, ウォーミングアップ ・7人制ゲーム ※結果は別紙						
キーファクター						
○選手間のコミュニケーション						
・自分が良いプレーをするため・仲間が良いプレーをするために, または, 自分がミスしないため・仲間がミスしないためのコーチング						
・自分もチームメイトも一緒に楽しくプレーするためにどんな言葉をかければよいか						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

・第2ブロック内の安房地区6チームの1年生全員を対象として活動をスタートした。ただし、定期テストや学校行事で2チームが不参加となったが、4チームから36名の参加となった。参加選手の中には、4月から部活動としてサッカーを始めた選手もあり、力の差が大きいのが現状である。ただし、非常に意欲的に参加している選手もいる。選手同士の切磋琢磨から、選手がよりいっそう練習に励むことを期待したい。

安房地区においては、今年度、スタッフみんなでU-13トレセンの活動をつくりあげよう！(スタッフが参加しよう！、選手を参加させよう！、スタッフみんなで中学1年生の成長を見届けよう！)ということになっています。

トレセン活動の本来の趣旨とは異なる部分があるかもしれませんがご理解ご協力よろしくお願いします。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(南部)	U-13	日時	8 月 25 日 8 : 0 ~ 16 : 0	
担当	早川陽平				会場	館山市 ファミリーオ館山	
参加スタッフ	早川, 近田						
テーマ	判断力の向上(自分の判断の向上, 仲間の判断の向上)						
指導方法							
・体操, ウォーミングアップ ・5人制フットサル ※結果は別紙 ・5人制ビーチサッカー							

キーファクター
 ○選手間のコミュニケーション
 ・自分が良いプレーをするため・仲間が良いプレーをするために, または, 自分がミスしないため・仲間がミスしないためのコーチング
 ・自分もチームメイトも一緒に楽しくプレーするためにどんな言葉をかければよいか

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

・第2ブロック内の安房地区6チームの1年生全員を対象として活動をスタートした。ただし、定期テストや学校行事で2チームが不参加となったが、4チームから36名の参加となった。参加選手の中には、4月から部活動としてサッカーを始めた選手もあり、力の差が大きいのが現状である。ただし、非常に意欲的に参加している選手もいる。選手同士の切磋琢磨から、選手がよりいっそう練習に励むことを期待したい。

安房地区においては、今年度、スタッフみんなでU-13トレセンの活動をつくりあげよう！(スタッフが参加しよう！、選手を参加させよう！、スタッフみんなで中学1年生の成長を見届けよう！)ということになっています。

トレセン活動の本来の趣旨とは異なる部分があるかもしれませんがご理解ご協力よろしくお願いします。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(南部)	U-13	日時	8 月 26 日 8 : 0 ~ 16 : 0	
担当	早川陽平				会場	館山市 出野尾多目的運動場	
参加スタッフ	早川						
テーマ	1対1の攻撃, 1対1の守備で負けない						
指導方法							
・体操, ウォーミングアップ ・7人制ゲーム ※結果は別紙							

キーファクター
 ○選手間のコミュニケーション
 ・自分が良いプレーをするため・仲間が良いプレーをするために, または, 自分がミスしないため・仲間がミスしないためのコーチング
 ・自分もチームメイトも一緒に楽しくプレーするためにどんな言葉をかければよいか

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

・第2ブロック内の安房地区6チームの1年生全員を対象として活動をスタートした。ただし、定期テストや学校行事で2チームが不参加となったが、4チームから36名の参加となった。参加選手の中には、4月から部活動としてサッカーを始めた選手もあり、力の差が大きいのが現状である。ただし、非常に意欲的に参加している選手もいる。選手同士の切磋琢磨から、選手がよりいっそう練習に励むことを期待したい。

安房地区においては、今年度、スタッフみんなでU-13トレセンの活動をつくりあげよう！(スタッフが参加しよう！、選手を参加させよう！、スタッフみんなで中学1年生の成長を見届けよう！)ということになっています。

トレセン活動の本来の趣旨とは異なる部分があるかもしれませんがご理解ご協力よろしくお願いします。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第 2 ブロック	日時	10 月 28 日 8 : 0 ~ 16 : 0
担当	早川陽平	会場	鴨川市立鴨川中学校
参加スタッフ	早川(千倉中), 高梨(鴨川中), 武藤(館山三中), 川上(館山三中), 網代(館山二中)		
テーマ	判断力の向上～攻守の切り替え, シュートチャンス～		
指導方法			
・体操, ウォーミングアップ ・ボールコントロール ・5対5ミニゲーム 2ゴール-2ゴールを置いて視野を広く持ち, 空いているゴールを狙う。 ・7:3ボールポゼッション ボールを失ったら, すぐに奪い返す切り替えを速くする。 ・3対3シュートゲーム 正規のゴールを近づけ, シュートをどんどん狙う。 10メートル四方のグリッド ・8対8ミニゲーム			

キーファクター
○選手間のコミュニケーション
・自分が良いプレーをするため・仲間が良いプレーをするために, または, 自分がミスしないため・仲間がミスしないためのコーチング
・自分もチームメイトと一緒に楽しくプレーするためにどんな言葉をかければよいか

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

・第2ブロック内の安房地区6チームの1年生全員を対象として活動をスタートした。ただし、定期テストや学校行事で2チームが不参加となったが、4チームから36名の参加となった。参加選手の中には、4月から部活動としてサッカーを始めた選手もあり、力の差が大きいのが現状である。ただし、非常に意欲的に参加している選手もいる。選手同士の切磋琢磨から、選手がよりいっそう練習に励むことを期待したい。

安房地区においては、今年度、スタッフみんなでU-13トレセンの活動をつくりあげよう！(スタッフが参加しよう！、選手を参加させよう！、スタッフみんなで中学1年生の成長を見届けよう！)ということになっています。

トレセン活動の本来の趣旨とは異なる部分があるかもしれませんがご理解ご協力よろしくお願いします。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(北部)	U-13	日時	10 月 28 日 9 : 00 ~ 12 : 00
担当	玉井 宏明				会場	一宮中学校
参加スタッフ	玉井 宏明、西川 和伸、富永 裕之、大塚 猛、河野 正寛					
テーマ						
指導方法						
・ボールコントロールやコーチングを中心に行った。 GK練習 ・ポジショニングを行った。 課題 ・個々の判断を素早くし、プレーの幅を広げる必要がある。						
キーファクター						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

全体的に声が少ないので、選手間のコミュニケーションを積極的にとる必要性がある。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(北部)	U-13	日時	11 月 25 日	:	~	:
担当	玉井 宏明				会場	一宮中学校			
参加スタッフ	玉井 宏明、西川 和伸、富永 裕之、大塚 猛								
テーマ									
指導方法									
・ボールフィーリング、コーチング、オフザボールの動きを中心に練習し、最後にゲームをした。 GK練習 ・キャッチング、横への飛び込み等のシュートセーブを練習した。 課題 選手一人一人の意識にバラつきがあり、その分技術の差が出ているように感じた。 もっとコミュニケーションを図り、選手一人一人のモチベーションを高くしなければならないといけない。									
キーファクター									

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(北部)	U-13	日時	12 月 16 日 9 : 00 ~ 15 : 00
担当	玉井 宏明				会場	市原市立千種中学校
参加スタッフ	玉井 宏明、西川 和伸、富永 裕之、大塚 猛					
テーマ	交流戦					
指導方法						
1ブロック、2ブロック、県トレサウスとの交流戦 ・8人制 ・フルコート11人制 課題 個々の能力差は目立たなかったが、オフザボールの動きの意識の違いを感じさせられた。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(北部)	U-13	日時	1 月 27 日 9 : 00 ~ 12 : 00
担当	玉井 宏明				会場	一宮中学校
参加スタッフ	玉井 宏明、栗原秀年、西川和伸、大塚 猛					
テーマ						
指導方法						
・ボールコントロール(1vs1での判断) ・シュートゲーム(4vs4+フリーマン) ・ハーフコートゲーム 課題 優位にボールコントロールするためにオフザボールの動き、判断のスピードがまだまだであるように感じた。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	2	ブロック(北部)	U-13	日時	2 月 24 日 10 : 00 ~ 13 : 00
担当	玉井 宏明				会場	八街高校
参加スタッフ	玉井 宏明、栗原秀年、西川和伸、大塚 猛、早川 洋平、高梨 義謙、柏木 翔					
テーマ	ブロック交流戦					
指導方法						
・ボールコントロール(トラップ、パス) ・3vs2(ディフェンスがボールを奪ったらフォロワーが出て3vs3) ・フルコートで他ブロックとゲーム 課題 ボールを良い状態で受けたりすると有効な展開にできるが、なかなかそこまで繋げられる回数が多くなかった。一年間通して言える事だが、コーチングの声とオフザボールの動きが足りないのでU-14での課題としてレベルアップを図りたい。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	3	ブロック	U-13	日時	5 月 27 日 9 : 0 ~ 12 : 0
担当	榎本(旭二中)				会場	匝瑳市立八日市場第二中学校
参加スタッフ	榎本、鈴木、相馬、宮内					
テーマ	選考					
指導方法						
W-UP 1. リフティング ①インステップ ②インステップ高く ③インサイド ④インサイド高く ⑤つま先 ⑥アウトサイド ⑦ハーフラインからゴールラインまでリフティング 2. ドリブル(ハーフからゴールラインまで) ①ローリング右、左 ②かかと ③右で出して左で止める ④左で出して右で止める ⑤ツーワン ⑥フリー					ゲーム 10名ずつの5チームで20分一本のゲーム 各チーム3試合ずつ	
キーファクター						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

今回は一回目ということで、各支部からの推薦選手を募って行った。
支部でのトレセンができておらず、不参加となった支部があったことが残念。
また、クラブチームでも選手を派遣しないクラブがあった。

推薦という形で集めたため、能力の差が大きかった。
カラクテル所属の選手が技術、身体能力、意識すべての面で抜きん出ている。しかし、中体連の中にも飯岡中所属の加藤真太郎や斎藤聖は印象的な選手であった。

また、会場使用に際して保護者のマナーが気になる。駐車位置やゴミの処理など、協力を訴えたい。
53名の参加があり、選考を経て28名に絞った。

2011CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	3	ブロック	U-13	日時	6 月 24 日 9 : 0 ~ 12 : 0
担当	榎本(旭二中)				会場	匝瑳市立八日市場第二中学校
参加スタッフ	榎本(旭二中) 大森(佐原中) 鎌形(旭一中)					
テーマ	選考					
指導方法						
アップ(リフティング、ドリブル) ゲーム 10名ずつの5チームで20分一本のゲーム 各チーム3試合ずつ						
キーファクター						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

前回の1回目を経て、8名の選手を県に推薦し、23名が前回から参加している選考済みの選手、19名が各支部からの推薦選手の計42名の参加で行った。

香取支部がまだ支部内での選考が終わっていないとことで参加していないが、次回以降は参加の予定である。

今回もカラクテルの選手の意識、技術、身体能力の高さが目立つ。

各支部からの推薦で参加した選手にもブロックで通用する選手が数多くおり、次回以降も吸い上げを積極的に行いたい。

選考を経て42名→27名に絞った。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	3	ブロック	U-13	日時	10月28日 9:00～12:00
担当	榎本(旭二中)				会場	旭市文化の杜
参加スタッフ	榎本(旭二中) 大森(佐原中) 鈴木(横芝中)					
テーマ	選考					
指導方法						
アップ(リフティング、ドリブル)ゲーム 10名ずつの5チームで20分一本のゲーム 各チーム3試合ずつ						
前回の1回目を経て、8名の選手を県に推薦し、23名が前回から参加している選考済みの選手、19名が各支部からの推薦選手の計42名の参加で行った。 香取支部がまだ支部内での選考が終わっていないとのことで参加していないが、次回以降は参加の予定である。 今回もカラクテルの選手の意識、技術、身体能力の高さが目立つ。 各支部からの推薦で参加した選手にもブロックで通用する選手が数多くおり、次回以降も吸い上げを積極的に行いたい。 選考を経て42名→27名に絞った。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	3	ブロック	U-13	日時	11 月 25 日 9 : 0 ~ 12 : 0
担当	榎本(旭二中)			会場	旭市文化の杜	
参加スタッフ	榎本(旭二中) 大森(佐原中) 鈴木(横芝中)					
テーマ	トレーニング、選考					
指導方法						
アップ(リフティング、ドリブル) パス&コントロール(ひし形グリッドでボール二つ) ゲーム						
今回からクレセールの選手、香取支部の選手がブロックトレセンに参加しているため、選考を再度行った。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	3	ブロック	U-13	日時	12 月 16 日 9 : 0 ~ 12 : 0
担当	榎本(旭二中)				会場	旭市文化の杜
参加スタッフ	榎本(旭二中) 大森(佐原中) 鈴木(横芝中) 鈴木(クレセール)					
テーマ	トレーニング、選考					
指導方法						
アップ(リフティング、ドリブル) パス&コントロール(ひし形グリッドでボール二つ) ゲーム						
キーファクター オフの動き						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	3	ブロック	U-13	日時	1 月 27 日 9 : 0 ~ 12 : 0
担当	榎本(旭二中)				会場	江戸川大学
参加スタッフ	榎本(旭二中) 大森(佐原中) 鈴木(横芝中) 鈴木(クレセール)					
テーマ	TM					
指導方法						
アップ(リフティング、ドリブル) 千葉県トレセンとのTM						
千葉県トレセンとの交流線を終えて、ブロックの中にも県で通用すると思われる選手がいることが確認できた。カラクテル所属の佐久間諒は県の選手に見劣りすることのないパフォーマンスを披露した。						
キーファクター オフの動き(視野の確保)						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	3	ブロック	U-13	日時	2 月 23 日 13 : 0 ~ 16 : 0
担当	榎本(旭二中)				会場	旭市文化の杜、八街高校
参加スタッフ	榎本(旭二中) 大森(佐原中) 鈴木(横芝中) 鈴木(クレセール)					
テーマ	トレーニング、TM					
指導方法						
バックアップの活動を文化の杜で行った。 東総支部U13,U14とのトレーニングマッチ					選抜16名は八街高校でのトレーニング＆ゲームに参加	
自分より体格が勝る相手に対して逆をとる動きができる選手が少ない。						
キーファクター 相手の逆をとる						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	3	ブロック	U-13	日時	2 月 24 日 13 : 0 ~ 16 : 0
担当	榎本(旭二中)				会場	千葉黎明高校
参加スタッフ	榎本(旭二中) 大森(佐原中) 鈴木(横芝中) 鈴木(クレセール)					
テーマ	TM					
指導方法						
千葉黎明高校、東金商業高校とのトレーニングマッチ						
・自分より体格が勝る相手に対して逆をとる動きができる選手が少ない。 ・オフの時の「見る」意識が足りないため、状況判断が悪い。						
キーファクター 相手の逆をとる						

2012 CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	4	ブロック(U-13)	日時	4月22日 8:30 ~ 12:00
担当	今井 伸太郎			会場	白井高校
参加スタッフ	今井、三戸、菊池、内田、加藤(錬)、原子、柳橋、佐藤				
テーマ	選考会				
指導方法					
第4ブロックに所属するクラブチームの選手を招集して、第1回目の選考会を実施しました。事前に各チームにセレクト基準を知らせておき、技術だけではないことを(挨拶、言動、時間厳守、積極性など)人間性を重視し、ゲーム中心にセレクトを行いました。途中雨が降ってきて選手の体調面を考慮し第1回目の活動を終了しました 参加人数63名 欠席3名 スタッフ12名 終了後スタッフと選考ミーティングを実施し、次回召集は40名に決定した 今回漏れた選手には今後の活躍によっては再度チャンスがあることを伝えて解散した 当日の流れ 8:30 受付 9:00ウォーミングアップ(各自、キーパー) 9:30 5チームに分けて15分×3本実施 各チーム3本 12:00雨の為終了					
キーファクター 人間性(挨拶、言動、時間厳守、積極性)の話を選手に伝え、地域を代表する選手になる事に誇りを持たせる 技術面(ドリブル、パスはもちろん、声が出せる選手の発掘を重視した)					

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	4	ブロック	U- 13	日時	5 月 27 日 8 : 30 ~ 12 : 30
担当	今井伸太郎				会場	佐倉西高校
参加スタッフ	今井、佐藤、村田					
テーマ	選考会					
指導方法						
第二回目の選考会を実施。参加人数選手45名、スタッフ3名。今回、4つのチームに分け、それぞれのチームでアップ、ポジションなど、自分たちで決めさせチームを行った。今回、事前にテーマを各チームに伝え、当日の意識がどう違うか、また、人間性(時間厳守、挨拶、積極性)を中心に活動しました。結果、非常に高い意識を持って活動している選手達を見ることができ、新しい発見ができた。今後の活動は無理にセレクトせずこの人数で活動していく予定で、2年、3年と学年が上がる毎に絞ることにしました。また、大会等に参加する場合のみ召集人数を絞り、トレーニングの場合は全員召集し、先に繋がる選手育成を目指します。 水分補給の大切さを伝え、熱中症の怖さを伝えた。保険の加入文章を配り次回集金の予定						
キーファクター 自分達で考え、仲間と良く話しをして決断する。声を出す。ヘディングを意識する準備、後片付けなど積極的に行動する。						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	4	ブロック	U- 13	日時	6 月 24 日 8 : 30 ~ 12 : 30	
担当	今井伸太郎				会場	佐倉市立上志津中学校	
参加スタッフ	今井、新井、佐藤						
テーマ	1:1の守備						
指導方法							
1、集合時の挨拶、準備、時間厳守の徹底 2、トレーニング開始時のスタイル徹底 3、各自アップ 4、4人組でボールなしでの駆け引きトレーニング 5、ボールを手で持ったのトレーニング 6、足を使ってのトレーニング 7、テーマに沿ったゲーム 1、集合時間に遅れることなく、しっかり挨拶までできる選手が多いが指示を待つ選手もいるので黙って見ていることにした。なんでも自分達で感じて、行動する(判断力)事の大切さを知って欲しい 2、各チームの指導が出来ているため問題がない 3、意識の高い選手と低い選手が良くわかり今後のセレクトに取り入れたい。この後全体でアップをしトレーニングに入る				4、2人は正面を向き、攻めと守備の関係を作り残りの2人に触ることを指示(攻めよりも早く触る事が出来れば1点)逆を取られてもすぐに次の行動に移る(攻めは先に触れないと判断したら次に移動して先に触れば1点) 5、5人ずつに分かれて手でボールを投げる。投げた選手がアプローチしに行き受けた方は交わす投げた方は抜かれないように阻止する 6、足を使って5と同じ要領で行う。ここで相手の守備の考え方を伝えた。 7、3チームに分かれてのゲーム。上志津中の選手達ともゲームをし本日終了 15分×4			
キーファクター 1:1の守備側の考え方、駆け引き、守備の仕方等、個人の力がチーム力を上げる事を知ってほしい 相手ボールのときは全員が守備の意識を持つ							

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	4	ブロック	U- 13	日時	10 月 28 日 8 : 30 ~ 12 : 30
担当	今井伸太郎				会場	佐倉西高校
参加スタッフ	今井、新井、黒須、戸谷					
テーマ	紅白戦、佐倉市トレセンU-15 トレーニングマッチ					
指導方法						
7月8月9月の活動がなく久しぶりの活動になり選手の成長など改めて感じることができた。			ゲームテーマ 体格、スピードに差があるため、ポジションの意識を強く持たせた。 気持ちを前に向かせチャレンジをすることでミスを出し考えさせる切っ掛けを作り次回につなげる事を指示			
アップ 各自15分行う 基礎トレヘディング10分 3人組でボールキープ、奪い方のトレーニング 3チームに分けて15分で紅白戦 紅白戦でのテーマ 守備の意識(インターセプトの距離、背を向けてる状況でのアプローチの仕方) ヘディングの意識(クリア、シュート、パス) 攻撃 自由 各チームでのディスカッションで色々な考え方を出し集中して行うことができた 佐倉市トレセンU-15と各チーム15分1本ずつゲーム			ダウン 気温の変化が激しい季節なので防寒や空いている時間の過ごし方を伝えた			
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	4	ブロック	U- 13	日時	11 月 25 日 9 : 00 ~ 13 : 00
担当	今井伸太郎				会場	印西平岡自然公園
参加スタッフ	今井、新井、三戸、佐藤					
テーマ	守備の仕方(考え方)					
指導方法						
グラウンドコンディションが悪く選手達はどうするか見守った自分たちが使うグラウンドが自分たちで整備できないのはサッカーをやる以前の問題であると私は考える 約30分経過しても動きが鈍いので、全体集合させチーム全体に話をし、新たに30分で何ができるか選手達に判断させた。予定の1時間遅れのスタート アップ 各自 基礎トレ ヘディング正面、左右 3チームに分けて15分交代でのゲーム 今回守備の考え方を少し伝えた アプローチの優先順位、コースの切り方を意識させた 各所属チームの考え方もあるので、特に指示をせず 選手達の間で話をさせてみる事を実施						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	4	ブロック	U- 13	日時	1 月 27 日 12 : 30 ~ 16 : 00
担当	今井伸太郎				会場	江戸川大学
参加スタッフ	今井、三戸、花島					
テーマ	交流戦					
指導方法						
交流戦 25分 × 3本 1本目 vs 県トレ 0-3 2本目 vs 県トレ 1-1 3本目 vs 県トレ 2-3 チーム編成を3チームに分けポジションを選手達に話をさせ臨んだ。全体にテーマを与え2年次に繋げる為に個人個人に動きや判断、適性等をチェックを入れた 各選手の成長が見えてきた。体も大きくなりこれからが楽しみな選手が多くなってきた。長い目で見ていこうと思う。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	4	ブロック	U- 13	日時	2 月 23 日 8 : 30 ~ 13 : 00
担当	今井伸太郎				会場	八街高校
参加スタッフ	今井、新井、松岡					
テーマ	交流戦					
指導方法						
協会主催の地域交流戦に参加 2種世代の指導者によるトレーニング(テーマ:観る) 県トレバックアップ、5ブロックと対戦 20分×4本 vs 県トレ 0ー1 vs 5ブロック 0ー2 vs 県トレ 0ー2 vs 5ブロック 1ー0						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	4	ブロック	U- 13	日時	2 月 24 日 8 : 30 ~ 13 : 00	
担当	今井伸太郎				会場	佐倉西高校	
参加スタッフ	今井、新井、花島						
テーマ	交流戦						
指導方法							
前日のトレーニングの復習 紅白戦 3チーム×25分							
キーファクター							

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	4	ブロック	U- 13	日時	3 月 17 日 12 : 00 ~ 16 : 00
担当	今井伸太郎				会場	印旛明誠高校
参加スタッフ	今井、新井、花島、松岡					
テーマ	4ブロック中体連選抜との交流戦					
指導方法						
4ブロック中体連選抜との交流戦を行った 今年度最後の活動となり、来年度のセレクトを兼ね 1年間の成果と来年への課題づくりを考え実施 課題点 ・人数が多いため、ゲーム時間が短くなる ・指導者の人数確保 ・個人個人へのコーチングが少なくなる 成果 ・競争意識が強くなる ・競争意識が強くなる向上心が上がり、質の高いトレーニングができる ・仲間意識が持て、一体感が生まれた				2年次への移行改善点 ・現状をキープしながらチーム内でのセレクト ・スタッフを増やし、A・Bチームの活動を検討材料にして活動予定 ・今後新規選手のセレクトも行い、質の高い活動にできればと考えております。		
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック(クラブ)	U-13	日時	5 月 27 日 15 : 00 ~ 18 : 00
担当	大西				会場	淑徳大学更科グラウンド
参加スタッフ	FC稲毛 鈴木、千葉SC 櫻井・松本、JSC 市原、ポカルス 岩間、ラルクヴェール 有働					
テーマ	選手選考会					
指導方法						
W・UP			試合①			
14:35～15:00 各自でウォーミングアップ			15:00～16:30 所属チームを重視した試合 ・参加者FP32名を所属チームが分かれないうに3チームに振り分けて、総当たり25分の試合。 ・10人×1、11×2の3チーム ・11人チームは、8分で選手交代。(合計6名) ・ポジションや交代は、選手同士コミュニケーションを兼ねて、自分たちで話し合う。 ・GKは、2名1セットになり、交代で出場。 【黄 色】 FCリベレオ3名、ラルクヴェール5名、JSC2名 【オレンジ】 アブレイズ6名、千葉SC3名、ポカルス2名 【水 色】 ジョカーレ5名、FC稲毛5名、なのはな1名			
試合②			C・DOWN			
16:30～18:00 所属チームを均等に分けた試合 ・参加者FP32名を所属チームを均等に分ける。 ・3チームに振り分けて、総当たり25分の試合。 ・10人×1、11×2の3チーム ・11人チームは、8分で選手交代。(合計6名) ・ポジションや交代は、選手同士コミュニケーションを兼ねて、自分たちで話し合う。 (なるべく前の試合で休んでいない子が休憩をとれるように話し合う) ・GKは、2名1セットになり、交代で出場。 【黄 色】 リベレオ1名、稲毛2名、JSC1名、アブレイズ2名、ジョカーレ1名、ポカルス1名、千葉1名、ラルク1名 【オレンジ】 リベレオ1名、稲毛アブレイズ2名、ジョカーレ2名、ポカルス1名、千葉1名、ラルク2名 【水 色】 リベレオ1名、稲毛1名、JSC1名、なのはな1名、アブレイズ2名、ジョカーレ2名、千葉1名、ラルク2名			18:00～18:30 各自でクールダウンとグラウンド整備。			
キーファクター						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

始めは表情やプレーが硬く、試合に活気が無かった。1試合終わったところから、緊張感が和らぎ、少しずつそれぞれの個性を発揮し始めた。
各チームからの選出選手が少ないこともあり、全体的なレベルは高いように感じた。

今回の選考会で、全体的なレベルが把握できたので、今後は次のように進めることで決定した。

- ・現状の選手は、次回の選考会(6/24)にも全員参加。
- ・追加での選手選出を認める。(各チーム1～2名以内)
- ・次回の選考会で、選手を絞る。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック(中体連)	U-13	日時	5 月 27 日 12 : 30 ~ 16 : 45
担当	鈴木啓督				会場	千葉大学教育学部附属中学校
参加スタッフ	9名(鈴木、大井、本保、松本、須田、中村、板垣、大日方、堀口)					
テーマ	5ブロック中体連トレセンU-13 選考会					
指導方法						

2012/05/27

千葉市中体連トレセンU-13 第一次選考会について

チーフ

中体連だけでどのようになるか不安ですが、逆に楽しんでやりたいと思います。いい選手になる原石はきっとたくさんいるはず。とても楽しみです。どうぞよろしくお願いします。

1. 目的 中体連トレセンにふさわしい選手を選抜するためにF P150名から90名程度に絞る。
2. 第一次選考の基本的な考え方
- (1)アベレージの高い選手は残す。→全体的に能力が低い選手を落とす。
- (2)ストロングポイント(テクニック、フィジカルなど)がはっきりしている選手は残す。
- (3)向上心が高い選手は残す。
3. タイムスケジュール
- 10:00 スタッフ集合 @附属中理科2教室
- ・確認(ビブス、選考内容、スタッフ、その他) ・軽食
- 11:30 会場準備(附属中でやります)
- 11:40 受付準備(大井、松本、須田、木村、板垣)
- 12:00 受付開始(大井、松本、須田、木村、板垣)
- ・受付名簿で確認
 - ・親権者承諾書受け取り(忘れた場合には、保護者連絡をさせ参加させることを基本)
- ※県協会でも5/27分は保険加入済み。
- ・受付と同時にトレセン歴と50M走のタイムを質問し、受付名簿に記入してください。
 - ・飛び入りは顧問に電話確認(板垣)、確認がとれれば受付名簿予備1から予備11まで埋めていく。受付終了後名簿を鈴木へ
- 12:30 全体集合
- ・ビブス毎、番号順に整列(ボール持ち)
 - ・開会式(司会:大井)
- ・3種委員長挨拶(中村)、中体連委員長挨拶(板垣)
 - ・スタッフ紹介・諸注意(鈴木)
- 12:45~13:00 W-UP
- ・各コート担当スタッフによる
- (コートA:須田、コートB:木村、コートC:大井、コートD:松本)
- ・名簿の確認 鈴木→堀口、板垣、中村、本保
- 13:00~14:15 選考(4種目)開始(詳細別紙)
- 14:15~14:30 休憩・スタッフ打ち合わせ
- 14:30~15:50 ゲーム 5+GK VS 5+GK
- 16:00~16:20 C-DOWN
- ・各コート担当スタッフによる
- (コートA:須田、コートB:木村、コートC:大井、コートD:松本)
- 16:20 全体集合
- ・ビブス回収 ・文書配布(今後の予定)
 - ・スタッフ挨拶(一人1分)
- 16:35 解散・後片付け
- 17:00~17:45 判定会議(U-13スタッフ)@附属中理科2教室
- ・FPを90名程度に。GKは・・・
 - ・今後の予定 18:00~ 大福楼

キーファクター

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

- ・ U13スタッフだけでなく、他のカテゴリーのスタッフにもお手伝いをしてもらい選考を行った。
- ・ 選考は4種目(ドリブル、パス&コントロール、キック、リフティング)+ゲームで行い、複数の目で選考した。
- ・ FP149名、GK15名の参加であった。
- ・ 蘇我中に能力の高い生徒が数名いた。次回も継続してみたい。
- ・ 次回は6/11(月) 19:00～21:00 フクスクにて第二次選考会を行う。
- ・ 大きな怪我・事故、混乱なく終了した。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック(クラブ)	U-13	日時	6 月 24 日 15 : 00 ~ 18 : 00
担当	大西				会場	淑徳大学更科グラウンド
参加スタッフ	FC稲毛 能登、千葉SC 松本、JSC 市原、ポカルス 山里・岩間、ラルクヴェール 有働、ジョカーレ 若松					
テーマ	選手選考会(第二回)					
指導方法						
W・UP			試合①			
14:35~15:00 各自でウォーミングアップ			15:00~16:30 所属チームを重視した試合 ・参加者FP31名を所属チームが分かれないうに3チームに振り分けて、総当たり25分の試合。 ・10人×1、11×2の3チーム ・11人チームは、8分で選手交代。(合計6名) ・ポジションや交代は、選手同士コミュニケーションを兼ねて、自分たちで話し合う。 【黄 色】 FCリベレオ4名、千葉SC4名、JSC2名 【オレンジ】 FC稲毛6名、ラルクヴェール5名 【水 色】 アブレイズ6名、ポカルス2名、ジョカーレ2名			
試合②			C・DOWN			
16:30~18:00 所属チームを均等に分けた試合 ・参加者FP32名を所属チームを均等に分ける。 ・3チームに振り分けて、総当たり25分の試合。 ・10人×2、11×1の3チーム ・11人チームは、8分で選手交代。(合計6名) ・ポジションや交代は、選手同士コミュニケーションを兼ねて、自分たちで話し合う。 (なるべく前の試合で休んでいない子が休憩をとれるように話し合う) ・GK(5名)は、ローテーションで出場。			18:00~ 各自でクールダウン			
【黄 色】 リベレオ2名、稲毛2名、アブレイズ2名、ジョカーレ1名、千葉1名、ラルク2名 【オレンジ】 リベレオ1名、稲毛2名、アブレイズ2名、ポカルス1名、千葉2名、ラルク2名、JSC1名 【水 色】 リベレオ1名、稲毛2名、JSC1名、アブレイズ2名、ジョカーレ1名、千葉1名、ラルク1名、ポカルス1名						
キーファクター						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

各チームからの追加選出選手は4名(リベレオ1名、千葉SC1名、ラルクヴェール1名、FC稲毛1名)。二回目という事もあり、始めから積極的な動きをしている選手が多かった。チームをバラバラにしたゲームでは、疲れもあるせいか、元気がなくなり、チームとしての動きも少なくなった。同じチームの仲間が少ないこともあるのか、コミュニケーション不足を感じた。試合の前に、アイスブレイクの時間を設けると少し違いがあったのではないと思う。前回も感じた事だが、各チームからの選出選手が少ないこともあり、全体的なレベルは高い。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック(中体連)	U-13	日時	6 月 24 日 12 : 30 ~ 16 : 00
担当	鈴木啓督				会場	千葉大学教育学部附属中学校
参加スタッフ	9名(鈴木、大井、本保、松本、木村、中村、板垣、大日方、堀口)					
テーマ	5ブロック中体連トレセンUー13 最終選考会					
実施方法						

1 目的

- ① 千葉県第5ブロック中体連トレセンU-13の選手最終選考会として、適切な選手を選考すること。
- ② 選考会では初めての11人制のゲームであり、これまでの選考ではみられない選手の特徴を確認する。

2 方法

- ① FP45名、GK5名を4チームに分けて、11対11のリーグ戦を行う。
- ② リーグ戦では、スタッフが各チームの監督とコーチを務め、チーム毎に目的を持ってプレーする。
- ③ 試合時間は15分とする。

3 結果

- ① 選考会後のスタッフ打合において、以下のFP45名、GK5名を千葉市中体連トレセンU-13の選手とした。

★FP 45名

学校名	氏名
1 加曽利	生越 海斗
2 葛城	町田 駿太
3 葛城	藤田 健志
4 葛城	上村 亮太
5 花園	清水 俊介
6 花園	荻野 隼
7 花園	豊山 颯也
8 蘇我	粕田 敬太
9 蘇我	森 裕太
10 蘇我	内田 稜介
11 蘇我	古川 祐太朗
12 生浜	山崎 力
13 生浜	長嶋 拓海
14 誉田	小川 翔輝

学校名	氏名
15 稲毛	大木 俊弥
16 千城台西	松丸 雄太
17 こてはし台	佐藤 圭悟
18 こてはし台	天蔵 大基
19 こてはし台	堀池 幸希
20 大宮	海津 栄渡
21 幕張西	藤田 龍斗
22 花見川第二	高澤 海登
23 若松	塚原 健
24 若松	小川 唯斗
25 若松	本田 遼太郎
26 若松	高橋 祐吉
27 幸町第二	今谷 拓真
28 幸町第二	酒井 大輔

学校名	氏名
29 幸町第二	北之原 廉
30 幸町第二	森谷 亮介
31 磯辺第一	石原 正裕
32 磯辺第一	神田 治樹
33 山王	川村 悠斗
34 山王	片桐 光
35 貝塚	荒川 幸輝
36 泉谷	小野 仁
37 幕張本郷	金山 直生
38 土気南	工藤 卓己
39 有吉	大木 詩音
40 大椎	上村 渚
41 大椎	中田 有祐
42 大椎	坂口 太郎

学校名	氏名
43 おゆみ野南	井上 瞬
44 おゆみ野南	鹿田 知利
45 昭和秀英	田中 崇太

★GK 5名

学校名	氏名
1 千草台	倉田 恵吾
2 千城台西	林 晃徳
3 大宮	武石 隆吉
4 貝塚	中畑 椋生
5 おゆみ野南	長尾 龍太

- ② 選考された50名はレベルの差はあるが、37校(第5ブロック:全60校)の中中学校から選出された。

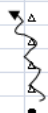
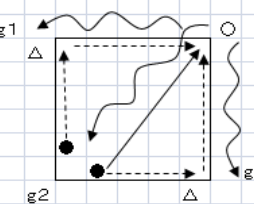
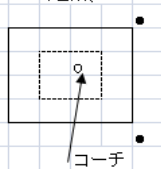
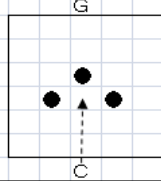
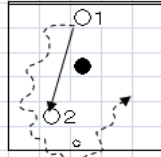
キーファクター

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

- ・ 最終選考会として、FP45名、GK5名の選手を選考した。
- ・ 選考はゲームを通して、総合的に判断した。
- ・ 総合的にスペシャルな選手は見つけられなかったが、レベルの高い選手も多くいた。
- ・ DFの経験が少ない選手が多いようであった。
- ・ GKは経験不足。トレーニングの必要性を感じる。基本からじっくりとトレーニングしたい。
- ・ 大きな怪我・事故、混乱なく終了した。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック	U-13	日時	7月11日 19:00 ~ 21:00
担当	鈴木啓督				会場	フクダ電子スクエア
参加スタッフ	9名(鈴木、大井、本保、松本、須田、中村、板垣、大日方、堀口)					
テーマ	テクニク(ボールコントロール)					
指導方法						
	練習方法(図)		ルール&オーガナイズ	キーファクター		
W-UP	アップ ストレッチ		・ 体をほぐし、声を出し ・ レクリエーション的なもの	・ コミュニケーション		
ドリル			・ マーカーを置いてドリブル 右だけ、左だけ 足裏だけ ・ マーカーの間隔を狭くして(50CM)	・ ステップワーク ・ スピード ・ マーカーに絶対に		
トレーニング①			・ ベナの広さ程度 ・ フリーでドリブル イン・イン イン・アウト アウト・アウト シザーズ キックフェイント・切り返し クラيف ・ 上記のドリブルに入る前に 浮き球をコントロールして 行う クッション ウェッジ ショートバウンド	・ ボールタッチ ・ スピード ・ ステップワーク ・ 間合い ・ ボールをよく見る ・ タイミング ・ ボールをひきつける ・ 周りをよく観る 相手、スペース		
1対2 3ゴール			・ 10M正方形 ・ ●が○にパス ・ ○2はg1~g3のいずれかをめざす ・ ●はボールを取りに行く ならば△をまわってから ・ ボールはグラウンダー やロブ	・ 相手の逆をつく ・ 相手を見る ・ ヘッドアップ ・ ターン ・ スピードの変化 ・ ファーストタッチ		
1対2			・ 4人の●のうち2人がでる ・ ○はグリッドのどこかの角 ドリブルで目指す ・ ●は○がさわったら スタート ・ ○は必ず足下に止める グリッドの中で →よく見ながら ●を3人	・ ドリブル ・ ・ 相手を観る、逆をつく ・ ボールの扱い方 ・ 駆け引き		
1対2 3ゴール			・ 3人がグリッドに入り、 Cがボールを配球 ・ ボールをとった人が 3つのゴールのいずれかをねらう	・ アーリーヒット ・ 相手を体でコントロールする ・ 相手にボールをさわらせない ・ 隙があれば前を向く ・ 腕の使い方 ・ バランス ・ 最初に強くあたる ・ タイミング		
2対1			・ ○1は○2にパス その後コーチをまわり 攻撃に参加 ボールを受けたら1タッチ ・ ○2は をライン突破 ドリブル、パスOK	・ 味方を観る、相手を見る ・ ○1 サポート ランウィズザボール ・ ○2 積極的な仕掛け フェイント		
ゲーム						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック	U-13	日時	8月6日 18:00～21:00
担当	鈴木啓督				会場	千葉大学教育学部附属中学校
参加スタッフ	9名(鈴木、大井、本保、松本、須田、中村、板垣、大日方、堀口)					
テーマ	千葉市トレセU-15のトレーニング見学 & トレーニング(テクニック ドリブル)					

指導方法

18:00

	練習方法(図)	ルール&オーガナイズ	キーファクター
W-UP	アップ ・5人組 3つボールハンドパス ・5人組 3つボールパス ストレッチ	・ 体をほぐし、声を出し	・ コミュニケーション ・ 見る パスをする前、受ける前にまわりを
ドリル		・ マーカーを置いてドリブル 右だけ、左だけ 足裏だけ ・ マーカーの間隔を狭くして(50CM)	・ ステップワーク ・ スピード ・ マーカーに絶対にさわらない ・ 良い姿勢・重心を ・ 見ることを習慣化
トレーニング①		・ 20M×20M 12人ぐらい ・ フリーでドリブル ・ イン・イン イン・アウト アウト・アウト シザース キックフェイント・切り返し クライフ ・ 上記のドリブルに入る前に 浮き球をコントロールして 行う ・ ボールの取り合い	・ ボールタッチ ・ スピード、リズムの変化 ・ ステップワーク ・ 間合い ・ ボールをよく見る ・ タイミング ・ ボールをひきつける ・ 速い方の足をつかっているか ・ 周りをよく見る 相手、スペース 体の向き、顔の向き、目線 周辺視野
トレーニング②		・ 10M程度、8人～12人ぐらい ・ 1は中央マーカーをまわり 2へドリブル 2は3, 3は4, 4は1へ ぶつからないように。 ・ 逆回り ・ まわり方フリー 1回転、 並んでいる人が少ないところへ	・ 他選手がどこにいるのか、常に見ること。ボールとの一体感と他選手との間合い。全体をまんやり見ることと注意深く見る能力を刺激し、他選手とぶつからないように。 ※ スペイン流サッカーライセンス講座 民明書房館、2012年 ランデル・シマル著
トレーニング③		・ 10Mぐらい ・ のうちどちらかの対角の2人がでる ・ ○はドリブルで空いたコーナーへ ・ ●はとったらラインアウト ・ ●は○がさったら スタート ・ ○は必ず足下に止める OP ●対角でなく自由に2人 ●を3人	・ ドリブル ・ 周辺視野、体の向き ・ 相手を観る、逆をつく ・ ボールの扱い方 ・ 駆け引き
ゲーム	8対8 + GK ハーフコートで2展開		・ 周りをよく見る

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

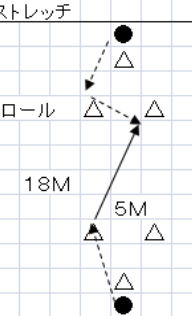
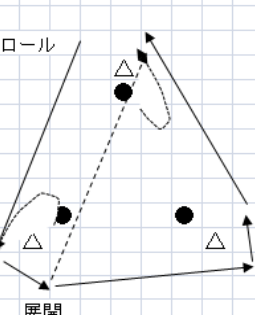
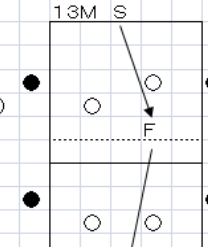
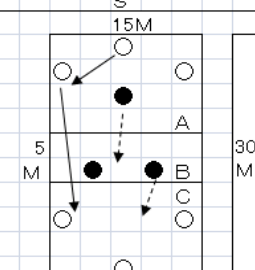
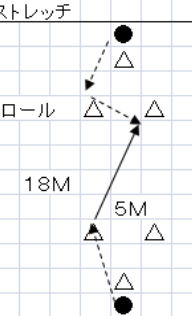
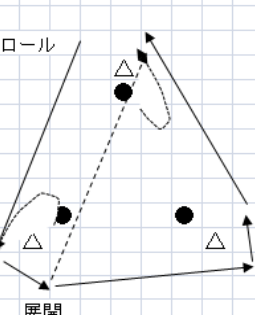
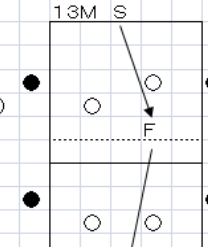
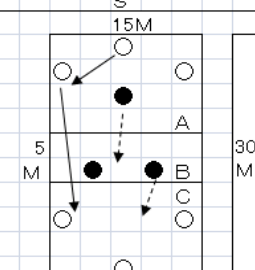
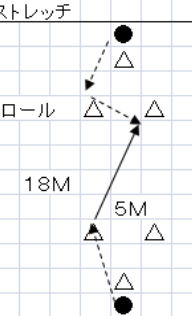
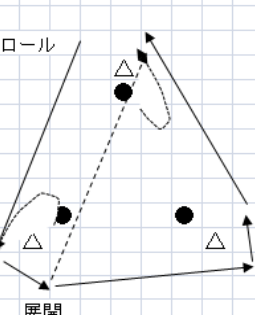
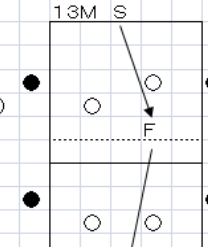
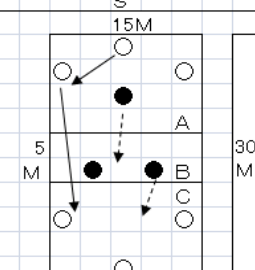
★連絡等

- ・ 女神湖の報告書について→感想未提出者(石原、高澤、生越)に書かせる(松本C)
- ・ 女神湖会計報告確認→(中村C)
- ・ リカバリープロテインの書類についての検討(中村C)
- ・ 10月からの室内練習の文書確認→(中村C、須田C、大井C)
- ・ シューカー、リカバリーの文書配布、(リカバリープロテイン配布?)(須田C)
- ・ 保険の書類関係、加入番号報告(50153540412) 高橋祐吉、金山へ連絡(スズキコーチ)
- ・ アスレタまだかな

★次回の予定

- ・ 10月15日(月) フクスクナイターから順番で須田C、大井C、松本C、木村Cをチーフとしてやってみよう。(2人ペア)
- ・ 10月28日(日)優先日は、県の交流戦の予定。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック	U-13	日時	9月24日 19:00 ~ 21:00																																																	
担当	鈴木啓督				会場	フクダ電子スクエア																																																	
参加スタッフ	9名(鈴木、大井、本保、松本、須田、中村、板垣、大日方、堀口)																																																						
テーマ	テクニック(パス&コントロール)																																																						
指導方法																																																							
<table><thead><tr><th></th><th>練習方法(図)</th><th>ルール&オーガナイズ</th><th>キーファクター</th></tr></thead><tbody><tr><td>W-UP</td><td>アップ</td><td></td><td></td></tr><tr><td>アプローチ</td><td>ストレッチ</td><td></td><td></td></tr><tr><td>トレーニング①</td><td></td><td> 5人から6人くらい - マーカーでボールコントロール - マーカーへパス - パス後は反対サイドへ ① どちらかのマーカーへ ② 動きだしをどちらかのマーカーにおこし、タイミング良く反対へ ※ ゆっくり、正確に ※ 後ろからコーチが守備し、動きだしを明確化 ※ 様々なパス&コントロール - 右→左、インサイド→アウト </td><td> - コミュニケーション - 観ること - パスの質 - コントロールの質 - ボールの置き所 - 観る - 動きだしのタイミング - ボールに寄る - パス&ムーブ - サポートの質 </td></tr><tr><td>トレーニング②</td><td></td><td> 13M正三角形 6名 - サポートでスタートパスで交代 ① 内側のコーンから外側にステップ - ボールを遠い足で外側にコントロールして(展開して)パス ② 内側のコーンから外側にステップ - ボールから遠い足で内側にコントロールして(リターン)してギャップにパス ※ ボールの状況に合わせてサポートの2人が互いにポジショニングをとり続ける </td><td> - トレーニング①と同じ ※ コントロールに合わせてサポートを考えさせる ① アウトサイドのサポート ② コーンとコーンの間 - 動き出しは斜め外側 - 相手DFが視野に入れやすい →判断しやすくなる →有利になれる ③ パスした足でスタート - 直線的にならない(U字) - 動きに強弱をつける </td></tr><tr><td>トレーニング③</td><td></td><td> 13×20M - 攻撃側は攻撃方向を意識して - ボールを失わないように長軸方向へ ① 守備側を固定 ② ボールを失ったら攻守交代 ※ はじめに、グループでボールを失わないための良い準備 - 発展:Fへタッチ数の制限、リターンなしの制限など ※ 守備をしっかりやることが全体のレベルをあげる </td><td> - パスの質 - コントロールの質 - 観る - 動きだしのタイミング - ボールに寄る - パス&ムーブ - サポートの質 - ボールの状況に応じたサポート(距離、角度、タイミング) - 攻撃の優先順位を考えたパスの質、コントロールの質 </td></tr><tr><td>トレーニング④</td><td></td><td> 30M×15M、ゾーン5M - 攻撃○はボールを保持しながら - AゾーンへCゾーンへパス交換する - 守備は3人 ① フロントコートに1名 ② フロントコートに2名 ※ はじめに、グループでボールを失わないための良い準備 </td><td> - トレーニング③と同じ </td></tr><tr><td>ゲーム</td><td>13:00~</td><td>プレゲーム</td><td>10分×6ゲーム</td><td colspan="3"></td></tr><tr><td></td><td>14:30~16:00</td><td colspan="5">各チームごとにトレーニング</td></tr><tr><td>C-DOWN</td><td colspan="6"></td></tr></tbody></table>								練習方法(図)	ルール&オーガナイズ	キーファクター	W-UP	アップ			アプローチ	ストレッチ			トレーニング①		5人から6人くらい - マーカーでボールコントロール - マーカーへパス - パス後は反対サイドへ ① どちらかのマーカーへ ② 動きだしをどちらかのマーカーにおこし、タイミング良く反対へ ※ ゆっくり、正確に ※ 後ろからコーチが守備し、動きだしを明確化 ※ 様々なパス&コントロール - 右→左、インサイド→アウト	- コミュニケーション - 観ること - パスの質 - コントロールの質 - ボールの置き所 - 観る - 動きだしのタイミング - ボールに寄る - パス&ムーブ - サポートの質	トレーニング②		13M正三角形 6名 - サポートでスタートパスで交代 ① 内側のコーンから外側にステップ - ボールを遠い足で外側にコントロールして(展開して)パス ② 内側のコーンから外側にステップ - ボールから遠い足で内側にコントロールして(リターン)してギャップにパス ※ ボールの状況に合わせてサポートの2人が互いにポジショニングをとり続ける	- トレーニング①と同じ ※ コントロールに合わせてサポートを考えさせる ① アウトサイドのサポート ② コーンとコーンの間 - 動き出しは斜め外側 - 相手DFが視野に入れやすい →判断しやすくなる →有利になれる ③ パスした足でスタート - 直線的にならない(U字) - 動きに強弱をつける	トレーニング③		13×20M - 攻撃側は攻撃方向を意識して - ボールを失わないように長軸方向へ ① 守備側を固定 ② ボールを失ったら攻守交代 ※ はじめに、グループでボールを失わないための良い準備 - 発展:Fへタッチ数の制限、リターンなしの制限など ※ 守備をしっかりやることが全体のレベルをあげる	- パスの質 - コントロールの質 - 観る - 動きだしのタイミング - ボールに寄る - パス&ムーブ - サポートの質 - ボールの状況に応じたサポート(距離、角度、タイミング) - 攻撃の優先順位を考えたパスの質、コントロールの質	トレーニング④		30M×15M、ゾーン5M - 攻撃○はボールを保持しながら - AゾーンへCゾーンへパス交換する - 守備は3人 ① フロントコートに1名 ② フロントコートに2名 ※ はじめに、グループでボールを失わないための良い準備	トレーニング③と同じ	ゲーム	13:00~	プレゲーム	10分×6ゲーム					14:30~16:00	各チームごとにトレーニング					C-DOWN						
	練習方法(図)	ルール&オーガナイズ	キーファクター																																																				
W-UP	アップ																																																						
アプローチ	ストレッチ																																																						
トレーニング①		5人から6人くらい - マーカーでボールコントロール - マーカーへパス - パス後は反対サイドへ ① どちらかのマーカーへ ② 動きだしをどちらかのマーカーにおこし、タイミング良く反対へ ※ ゆっくり、正確に ※ 後ろからコーチが守備し、動きだしを明確化 ※ 様々なパス&コントロール - 右→左、インサイド→アウト	- コミュニケーション - 観ること - パスの質 - コントロールの質 - ボールの置き所 - 観る - 動きだしのタイミング - ボールに寄る - パス&ムーブ - サポートの質																																																				
トレーニング②		13M正三角形 6名 - サポートでスタートパスで交代 ① 内側のコーンから外側にステップ - ボールを遠い足で外側にコントロールして(展開して)パス ② 内側のコーンから外側にステップ - ボールから遠い足で内側にコントロールして(リターン)してギャップにパス ※ ボールの状況に合わせてサポートの2人が互いにポジショニングをとり続ける	- トレーニング①と同じ ※ コントロールに合わせてサポートを考えさせる ① アウトサイドのサポート ② コーンとコーンの間 - 動き出しは斜め外側 - 相手DFが視野に入れやすい →判断しやすくなる →有利になれる ③ パスした足でスタート - 直線的にならない(U字) - 動きに強弱をつける																																																				
トレーニング③		13×20M - 攻撃側は攻撃方向を意識して - ボールを失わないように長軸方向へ ① 守備側を固定 ② ボールを失ったら攻守交代 ※ はじめに、グループでボールを失わないための良い準備 - 発展:Fへタッチ数の制限、リターンなしの制限など ※ 守備をしっかりやることが全体のレベルをあげる	- パスの質 - コントロールの質 - 観る - 動きだしのタイミング - ボールに寄る - パス&ムーブ - サポートの質 - ボールの状況に応じたサポート(距離、角度、タイミング) - 攻撃の優先順位を考えたパスの質、コントロールの質																																																				
トレーニング④		30M×15M、ゾーン5M - 攻撃○はボールを保持しながら - AゾーンへCゾーンへパス交換する - 守備は3人 ① フロントコートに1名 ② フロントコートに2名 ※ はじめに、グループでボールを失わないための良い準備	トレーニング③と同じ																																																				
ゲーム	13:00~	プレゲーム	10分×6ゲーム																																																				
	14:30~16:00	各チームごとにトレーニング																																																					
C-DOWN																																																							

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

・ 特記事項なし

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック(クラブ)	U-13	日時	10月28日 8:30～13:30
担当	大西				会場	習志野第七中学校
参加スタッフ	千葉SC 松本、JSC 市原					
テーマ	地域交流戦					
指導方法						
W・UP				試合①		
8:00-8:30 各自でウォーミングアップ 3vs1のパス回し 参加メンバー アブレイズ千葉MOD'S 石井 大貴 FCリベレオ 田中 智貴 ポカルスFC 黒川 圭太 アブレイズ千葉MOD'S 今村 卓也 アブレイズ千葉MOD'S 渡邊 新史 ラルクヴェール 金澤 和幸 ラルクヴェール 遠藤 空翔 FCリベレオ 大川 将志 千葉SC 横田 理久 アブレイズ千葉MOD'S 今村 直也 ラルクヴェール 福岡 啓太 FC稲毛 関内 涼太(GK)				8:30～10:30 ・県トレセン×2チーム、6ブロック、5ブロックの4チームで総当たりの8人制のハーフコートゲーム。 ・10分ハーフ ※中体連トレセンと参加しているため前半のみ出場。		
試合②				C・DOWN		
10:30～12:30 ・県トレセン、6ブロック、5ブロックの3チームで、総当たりの11人制ゲーム。 ・25分ハーフ ※中体連トレセンと参加しているため前半のみ出場。				12:30～ 各自でクールダウン		
キーファクター						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

3回目の活動だったこととピックアップメンバーだったことなどから、選手間のコミュニケーションに不安があったので、その状況でそれぞれがどのように成長できるかに注目していた。

始めのミーティングでは、あえてそのことには触れず、「ゴールへの意識」「責任あるプレー」をテーマとし、とにかくこういった環境で自分のプレーをしっかりとできるようにしようと話した。

始めは緊張もあり、動きが硬かったが、試合を重ねるにつれ、それぞれ個性が発揮できるようになった。最初が8人制のハーフコートゲームだったことで、緊張をほぐす時間とコミュニケーションを高める時間をつくれたことがとても良かった。5ブロックは、中体連とクラブの交互で試合をしていたので、待ち時間があり、その時間がさらにコミュニケーションを高めさせてくれたように感じた。

6ブロックとの11人制のゲームでは、相手チームと仲間の様子を窺いながらプレーする時間があり、一見ゆっくりとしたペース展開にも感じられたが、時間の経過とともにそれぞれの個性が発揮でき始めた。試合後の子供たちの表情が良くなったことを感じられた。

県トレセンとの11人制のゲームは、時間を与えてくれない事が多く、それぞれの持ち味を活かせないままに25分が終了した。

まとめとしては、こういった環境で自分を表現できるプレーのできる選手を育てていくことが重要になると感じた。色々な条件はあるにしても、今回は「出し切れずに」あっという間に終了となったのではないかと思います。自分の考えを伝える事が出来ない選手が多いので、今後の活動につなげたいです。

このような交流戦に参加できることで、選手も指導者も色々な事を経験できるので、本当にありがたかったです。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック(クラブ)	U-13	日時	10 月 28 日 13 : 30 ~ 17 : 00
担当	有働				会場	若松中学校
参加スタッフ	ラルク有働、ジョカーレ若松、千葉SC 松本、JSC 市原、FAVERZE石渡					
テーマ	地域交流戦					
指導方法						
W・UP 13:40～13:50 各自でウォーミングアップ 参加メンバー 県トレとの交流組以外 (FP19名、GK3名、怪我人1名、欠席3名) ※追加選考選手2名(リベロ・ジョカーレ)				試合① 14:00～16:30 TMvs千葉市中体連TC 20分×6本(11人制)		
試合②				C・DOWN 16:30～ 各自でクールダウン		
キーファクター						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

ゲーム内容はクラブTCは横に動かせるぶん、中体連TCとは技術的な差はあまり感じられなかったですが、ボールを持ったときのゆとりには少し違いを感じました。自分の持ち味を出し、味方の持ち味を引き出して試合に勝つことをテーマとしたが、どちらもできずに終わってしまった選手が大半でした。自分の長所を攻撃や守備に結び付けて考えられるようになれば良くなると思います。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック	U-13	日時	10 月 28 日 9 : 00 ~ 13 : 00
担当	鈴木啓督				会場	習志野市立第七中学校
参加スタッフ	9名(鈴木、大井、本保、松本、須田、中村、板垣、大日方、堀口)					
テーマ	5ブロック中体連トレセンU-13 選考会					
指導方法						
1. 主 催 社団法人千葉県サッカー協会						
2. 主 管 社団法人千葉県サッカー協会3種技術委員会						
3. 主 旨 * 関東【U-13】リーグ及び関東トレセン【U-13】に出場する千葉県代表となりうる選手の発掘。 * 他地域との交流を通して、個及びチームで通用した部分・課題を認識し、地域全体のレベルアップを図る。 * 指導者どうしの交流を深め、学びの場とする。						
4. 期 日 平成24年10月28日(日)						
5. 会 場 * 駐車スペースには限りがあり、習志野市立第七中学校・						
6. 参加対象 CFA 第6ブロックトレセン【UCFA 第5ブロックトレセン【U-13】 千葉県トレセン【U-13】						
7. 実施方法 地域対抗戦 2コート展開で4チーム毎の参加。: 県×2・第5・第6 ハーフコート 8人制 10分×2×3本 センターホイッスル フルコート 11人制 25分×2×3本 インターバル・ゲーム間は5分						
8. 時 集合(試合会場) 09:10 挨拶、諸注意(試合会場) 09:00 8人制 Scene—1 09:30 8人制 Scene—2 10:00 8人制 Scene—3 11:00 11人制 Scene—1 12:00 11人制 Scene—2 13:00 11人制 Scene—3 14:30 解散						
キーファクター						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

- ・ 県トレセン選手や各ブロックの選手の質を見られる貴重な場となった。
- ・ 千葉市中体連トレセンの選手にも、通用する部分と足りないと思う部分と両面があった。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック	U-13	日時	10 月 28 日 13 : 30 ~ 16 : 45
担当	鈴木啓督				会場	千葉市立若松中学校
参加スタッフ	9名(鈴木、本保、松本、須田、板垣、堀口)					
テーマ	5ブロッククラブレセンU-13との交流戦					
指導方法						
- W-UP 11対11のゲームを20×6本 - ねらい 千葉市は今年度から、3種年代のトレセン活動をU-13, 14でクラブと中体連と別々に活動することとなった。 これにより、お互いの日程の仲で、より柔軟に活動ができ、選手や該当チームにとっても運営上での困難さが和らぐものと思われる。 一方、中体連トレセン側の問題点としてクラブ所属の選手がいないことによるトレセン活動としてのレベルの低下が考えられる。 今回、この時期にクラブトレセンと交流戦を行うにあたりクラブ側の選手と中体連側の選手のお互いの特徴や長所を把握し今後の課題の1つとすることを目的とした。 また、クラブスタッフと中体連スタッフとの情報交換をねらいとした。						
キーファクター						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

- ・ 目的はおおむね達成できた考える。
- ・ スタッフによる交流をより一層進めていく必要がある。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック(クラブ)	U-13	日時	11 月 25 日 16 : 00 ~ 20 : 00
担当	有働				会場	淑徳大学更科グラウンド
参加スタッフ	ラルク・有働、千葉SC・松本、JSC・市原、FAVERZE・石渡、FC稲毛・前田、なのはな・服部、ポカルス・岩間、小山					
テーマ	トレセン大会の選手選考					
指導方法						
W・UP 16:20～16:40 各自でウォーミングアップ 参加メンバー 県トレ以外 (FP31名、GK5名、欠席2名)				試合① 16:40～20:00 TMvsFC稲毛U14 25分×6本(11人制) 1本目 0－0 2本目 2－3 渡邊新史2 3本目 1－2 鈴木正啓 4本目 0－2 5本目 1－4 間中勇斗 6本目 0－1		
試合②				C・DOWN 20:00～ 各自でクールダウン		
キーファクター						

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

トレセン大会の選手選考を行った。FP31名から16名、GK5名から2名を選考しました。
選考基準は、「自分の持ち味を出せている・アピールできている選手」。
トレセン大会に参加できないJSC・ラルク・千葉SC・なのはなの選手は選考外としました。
FC稲毛U14とのTMは攻め込まれる時間帯が多かったですが、持ち堪えていたのでDF陣の活躍が目立ちました。
攻撃陣はボールを呼び込めない、またはパスを受けてもプレッシャーを感じて前を向けないという課題が出ました。
今回のTMはU13同士での紅白戦よりも選手たちの能力を引き出すことができ、何が出来て何が出来ないかを感じさせることができました。
継続してU14とのTMを組んでいきたいです。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック	U-13	日時	12 月 1 日 9 : 00 ~ 16 : 00
担当	鈴木啓督				会場	千葉市立磯辺第一中学校
参加スタッフ	9名(鈴木、大井、本保、松本、須田、中村、板垣、大日方、堀口)					
テーマ	埼玉東部地区トレセンU-13等とのトレーニングマッチ(千葉市トレセン大会)					
指導方法						

毎年この時期に、千葉市サッカー協会3種委員会技術部が主催した、千葉市トレセン大会を行っている。

今年度のU-13は以下の組合せ、日程で行った。

- | | |
|-----------------------|---------------|
| ① 9:00～ 千葉市トレセンU-13 | － 流山FC A |
| ② 10:00～ 埼玉東部トレセンC1B | － 流山FC B |
| ③ 11:00～ 埼玉東部トレセンC1A | － 東京都1支部U-13 |
| ④ 12:00～ 東京都中体連選抜U-13 | － 千葉市トレセンU-13 |
| ⑤ 13:00～ 埼玉東部トレセンC1B | － 流山FC B |
| ⑥ 14:00～ 東京都1支部U-13 | － 流山FC A |
| ⑦ 15:00～ 東京都中体連選抜U-13 | － 埼玉東部トレセンC1A |

キーファクター

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

- ・ 埼玉東部地区トレセン、東京都中体連はレベルの高い選手それぞれいて、良いトレーニングとなった
- ・ 千葉市のゲームコンセプトとして
攻守にわたり、コミュニケーションをとり、ゲームに関わり続けること。
良い準備、良い判断をすること

等を掲げて取り組んだ。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック	U-13	日時	12 月 25 日 15 : 00 ~ 17 : 00
担当	鈴木啓督				会場	フクダ電子スクエア
参加スタッフ	9名(鈴木、大井、本保、松本、須田、中村、板垣、大日方、堀口)					
テーマ	ジェフ市原千葉Uー13とのトレーニングマッチ					
指導方法						
15:00～	ジェフ市原千葉Uー13とのトレーニングマッチ (20分×3本) クールダウン＆ミーティング 終了					
キーファクター						

報告事項

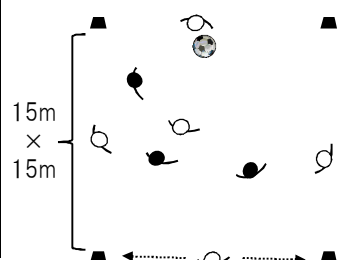
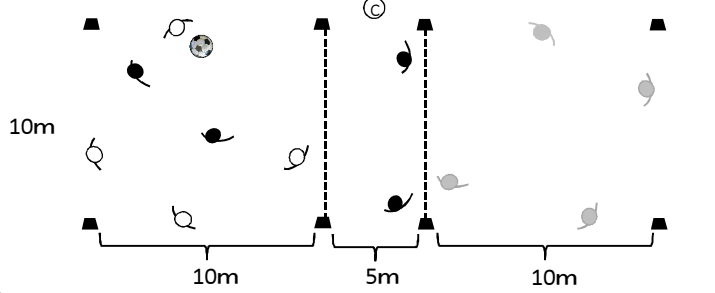
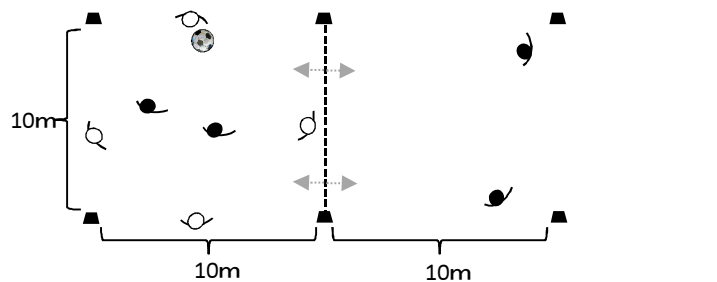
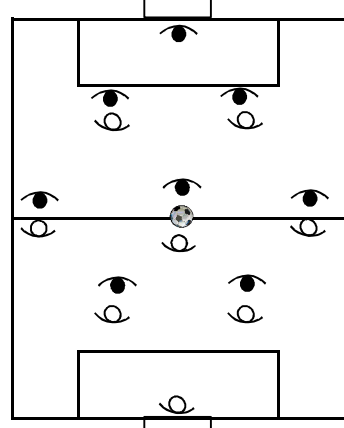
(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

- ・ この年代のトップレベルの選手との差を選手が実感したようであった。
- ・ 20分×3本で10点以上失点をした。得点は入れることができなかった。
- ・ 身体能力の差だけでなく、サッカーについての考え方やボールコントロールの安定感が抜群に差があった。
- ・ ジェフのスタッフ(八重樫氏)は、どのようにしたら個人が生きるのか、個人を活かせるのか、個人戦術を徹底してトレーニングしているという話を聞くことができた。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック	U-13	日時	1 月 27 日 16 : 00 ~ 20 : 00
担当	大西 理仁				会場	淑徳大学更科グラウンド
参加スタッフ	松本(千葉SC)、市原(JSC)、石渡(ファベルゼ)、能登(FC稲毛)、小山(ポカルス)					
テーマ	スドラゴ・ゼムノビッチさんの講習					

指導方法

W-UP	TR2	5vs3	TR4	4vs2+4vs2
・各自でウォーミングアップ。				
TR1	11vs11			
・3チーム20分総当たりの11vs11。 ※仕合を見て、ゼムノビッチさんが、 TRメニューを考える。		・外4人は3タッチ以下、移動はマーカー間のみ、中はフリータッチ。 ・守備はボールを奪い、グリッド外へ出たら交代。(ドリブル・クリア4人組×3(3色ビブス)) ・攻撃の4名は、ボールを奪われた時の中に入って守備が出来る ・交代は「オニ→フリーマン(中)⇒外1」の順番。 ・TRの終盤で「パス10回で守備が成立して5回」という条件追加。 ⇒守備者ががんばらせて、TRの質を上げるため。 ○攻守の切り替えを速くする ○みんなで選択肢を増やす。逆サイドの仲間も動いてコースをつ ○狭くなったら、同じラインでも広い方に抜けてもらうように意識す ○ボールを奪われた瞬間が大切。相手に攻撃をさせない。 ○なるべく遠くの足でトラップする。		
TR3	4vs2+2		Game	8vs8+GK
				
・2タッチ以下。 ・守備側がボールを奪ったら、逆グリッドの仲間にパス ・ボールを奪われてから、同じグリッド内では4人で奪いに行けるが、逆グリッドにボールが移動したら、2人は逆グリッドに入って守備が出来る。 ・選手が理解できるようになったら、パス10本で守備が1名増やせるようにする。 ・合計パスが30本に達したチームの勝ち		・ハーフコートでミニゴール×2面 ・ポジションの意識を持たせる(2-3-2) ・これまでのTRの意識を継続する ○攻守の切り替え ○ポジショニングのバランス(ダイヤモンド)を常に意識 ○個人のプレーに責任を持たせることが重要		

キーファクター

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

TR1・2の途中までは、活気が無く何となく「シーン」としている時間帯が多かった。「やる気」が無いという事ではなく、単純にまだ遠慮している選手が多く、自分を出し切れていない状態。TR2の途中から、「指示の声・自分のやりたい事・やりたかった事」等の声が出始めて、活気が出てきた。これまでの活動回数も少ないし、ほとんど試合中心だったので、ようやく選手同士が打ち解けはじめて来たように感じた。最後の8人制の試合では、3つのTRの効果が顕著に表れていた。特に、3つのTRのテーマになっていた「ポジショニングのバランス」がかなり良くなり、コートを広く使った攻撃が自然にできるようになっていた。ゼムノビッチさんが「プレーの選択肢が増える事で、子供達はおもしろいプレーができるようになる」と言っていた通り、ボールホルダーが伸び伸びプレーできていたように感じた。選手も指導者も良い刺激をもらい良い経験が出来た。
--

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

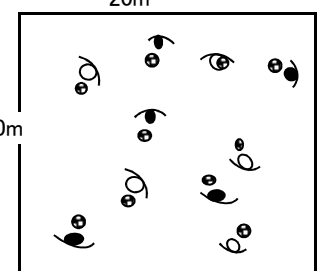
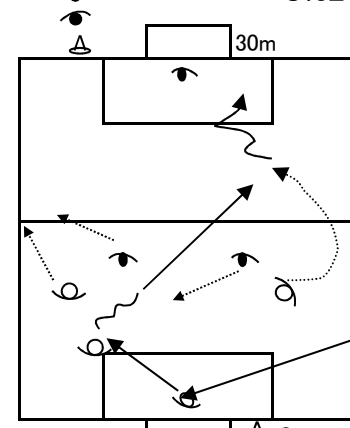
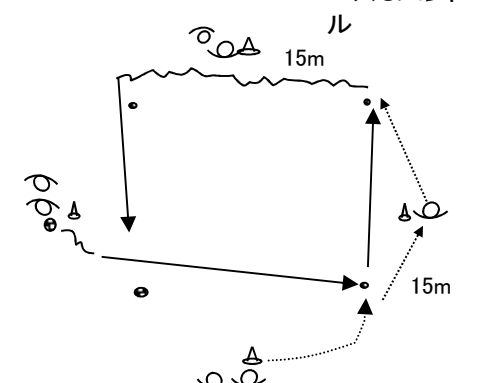
地区	第	5	ブロック	U-13	日時	1 月 27 日 9 : 00 ~ 15 : 00
担当	鈴木啓督				会場	千葉大学教育学部附属中学校
参加スタッフ	9名(鈴木、大井、本保、松本、須田、中村、板垣、大日方、堀口)					
テーマ	トレーニングマッチ					
指導方法						
9:00～	印旛トレセンUー13とのトレーニングマッチ (25分×4本)					
11:00～	千葉市中体連トレセンUー13 トレーニングマッチ ※来年度の千葉市中体連Uー14の選手選考を兼ねる 現在の中体連トレセンUー13のメンバー50名＋候補生24名によるトレーニングマッチ (25分×6本)					
15:00	クールダウン＆ミーティング 終了					
キーファクター						

報告事項 (トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)
・ 特記事項なし

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック	U-13	日時	2月23日 9:00 ~ 13:00
担当	大西				会場	八街高校
参加スタッフ	大西、松本、市原					
テーマ	地域交流戦					

指導方法

W-UP 20m  ボールフィーリング (情報を取るためのテクニック) <1人ボール1ヶ> ・フリーランニング(観るものを増やすためのステップ) ・ドリブル&フェイント(各種) ・ダブルタッチ・マッシュ・シザース ・リフティング(各種) <チームでボール2ヶ> ・ハンドパスホセーション ・ヘディング ドリブル・フェイント 立ち足の柔軟性 顔を上げる ボールの置き所の工夫 アイデア リフティング 立ち足の柔軟性 部位の固定 ヘディング コンタクトは額 良く観る 腕の使い方	TR 2 3vs2 + GK(合流) 40m 30m  ・シュートが決まったら攻撃権はそのままDFは新しい2人に交代 ・シュートが外れるかorアウトオブプレーで攻撃権チェンジ - 新しい 2人がDF、今までの DF2人+1FWが入る ・GKがキャッチorDFが奪ったら3vs3で攻撃する
TR 1 パス&コントロール 15m  ・コーンから動き出しマーカー(スペース)でパスを受ける ・笛の合図で逆回り ・受け手がアクションしなかったらドリブル ・ワンタッチパス	ゲーム 10vs10+GK (全ての要素で) 1本目 vs県トレバックアップ △0-0 FW 足立 畑口 MF 田中 今村卓 遠藤 杉浦 DF 大川 金澤 横田 伊澤 GK 関内 2本目 vs4Bトレセン ○2- (得点 大川、鈴木正 FW 鈴木正 石井 MF 伊澤 今村卓 鈴木右 本庄 DF 田中 大川 横田 杉浦 GK 佐久間 3本目 vs県トレバックアップ △1- 得点 石井 FW 鈴木正 石井 MF 畑口 今村卓 鈴木右 本庄 DF 遠藤 大川 横田 金澤 GK 佐久間 4本目 vs4Bトレセン ●0-1 FW 鈴木正 本庄(10分 畑口) MF 足立 伊澤 鈴木右 杉浦 DF 田中 遠藤 金澤 石井 GK 関内

KEY FACTOR

- | | |
|-----------------------------|---------------|
| 1. 観る／観ておく(味方・相手・Space・Gap) | 4. パス&ドリブルの判断 |
| 2. 動き出しのタイミング | 5. パス&サポートの質 |
| 3. 動きながらのコントロール(ファーストタッチ) | 6. 攻撃の優先順位 |

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

TRの際の選手のコミュニケーション能力や自己表現能力がかなり低い事を強く感じました。今回は2種の先生が指導してくれたので、普段関わりの全くない方のTRだった事もあり、その点がかかなり色濃く出ました。

選手からの感想は「楽しかった、経験になった、周りを見る事が大切だと思った」のような簡単に考えられそうな声が多く、このところからも、自ら積極的にTRに参加しているのではなく、かなり受け身な感じで参加している事がわかります。

TRは受けるものと言うことが当然になっているのではないかと思います。

5Bクラブトレセンとしてのテーマが「自己表現力、個性を発揮」にあるので、指導者としてもとても良い経験をさせてもらう事が出来ました。今後の活動につなげたいです。

試合になると、TRとは打って変わり、それぞれのプレーを表現できる選手が増えましたが、全体的に物静かに黙々とプレーする選手が多いように感じました。

やる気が無いとかそういった事ではなく、やる気は十分あると思うのですが、ここでも、TRと同じように、自ら進んで積極的にという意欲が低いのではないかと感じました。

交流戦の試合に関しては、現状通りで良いと思いますが、TRのあり方を再検討した方が良いのではないかと思います。

同じTRをするのであれば、せつかくの交流の場なので、ブロックに分かれて行うのではなく、ブロックの垣根をなくして行う事で、さらに交流が深まるのではないかと感じました。

特に県トレバックアップの選手と一緒にTRが出来れば、ブロックの選手は色々な事を感じ取ることが出来るのではないかと思います。逆にバックアップの選手は、それなりの目線で見られるので、個の強さが試されるのではないかと思います。

TR時の指導者の担当もそれぞれのブロックではなく、違うブロックを担当出来た方が、交流と言う意味では、よりその意味が大きくなるのではないかと思います。

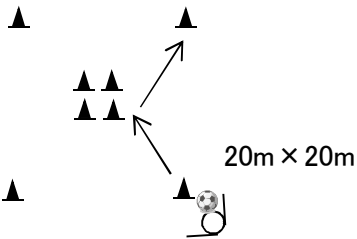
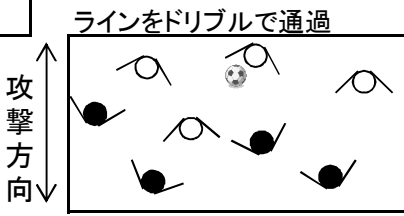
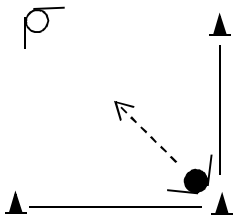
TRメニューに関しても、「どういう選手がいる・どのようなプレーが出来る・出来ない」などの情報が無いままに決められたメニューを行う形なので、先に交流戦を行い、そこで、指導者がTRメニューを考えて、TRを行い、最後に試合をもう一度行うような形であれば、TRの効果や、参加した選手の経験値も大きくなるのではないかと感じました。

ただ、ハード面や拘束時間の問題もあるので、難しい部分はあると思います。

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	5	ブロック	U-13	日時	3月17日16:30～21:00
担当	千葉SC・松本				会場	千葉明德高校グラウンド
参加スタッフ	FC稲毛・鈴木、能登、リベロ・大西、FAVERZE・石渡、ラルクヴェール・有働、ポカルス・岩間、JSC・市原、なのはな・服部					
テーマ	一つ上の年代の選手(ラルクヴェールU-14)との試合を通して、自分の特徴を出せるのか					
指導方法						
16:30～17:00 ウォーミングアップ 17:10～ VS ラルクヴェールU-14 30分×6本			試合			
参加選手&チーム ○Aチーム 関内(FC稲毛)、長田(ジョーカーレFC)、金澤(ラルクヴェール)、富田(ラルクヴェール)、今村直也(アブレイズ千葉MOD'S)、鈴木右人(ジョーカーレFC)、鹿野(ジョーカーレFC)、今村卓也(アブレイズ千葉MOD'S)、高橋和輝(ジョーカーレFC)、石井海人(FCリベロ)、渡邊(アブレイズ千葉MOD'S)			○1本目 CチームvsラルクヴェールU-14 ●0-1			
○Bチーム 大川(FCリベロ)、横田(千葉SC)、遠藤空翔(ラルクヴェール)、田中(FCリベロ)、伊澤(ラルクヴェール)、吉原(千葉SC)、杉浦(ジョーカーレFC)、本庄(千葉SC)、足立(アブレイズ千葉MOD'S)、石井大貴(アブレイズ千葉)			○2本目 BチームvsラルクヴェールU-14 △0-0			
○Cチーム 金子(FC千葉なのはな)、間中(FC稲毛)、尾関(FC稲毛)、水谷(FC稲毛)、安食(FC稲毛)、足利(FC稲毛)、早坂(ジョーカーレFC)、岡本(千葉SC)、黒川(ポカルスFC)、萩原(ポカルスFC)、小泉(アブレイズ千葉MOD'S)、牧野(ラルクヴェール)、古市(FCリベロ)、櫛橋(ポカルスFC)			○3本目 AチームvsラルクヴェールU-14 △0-0			
※事前に年間の活動を通しての評価順で上からABCに振り分け			※3本目終了後、パフォーマンスを見て選手の入替えを行った			
試合			石井大貴 B⇒A 石井海人 A⇒B 岡本 C⇒B 足立 B⇒C 櫛橋 C⇒B 寺沢 B⇒C			
○4本目 CチームvsラルクヴェールU-14 ●0-5			C・DOWN 20:45～ クールダウン			
○5本目 BチームvsラルクヴェールU-14 △0-0						
○6本目 AチームvsラルクヴェールU-14 △1-1 得点者 渡邊(PK)						
今回は一つ上のカテゴリーであるラルクヴェールU-14とのトレーニングマッチを行った。千葉県屈指の強豪との試合の中でいかに自分の特徴が出せるのか、勝負に拘れるのかがテーマであった。今回、チーム編成は県トレセン(バックアップ)の選手達も含め一年間の活動を通してのパフォーマンスを考慮しA・B・Cとした。特徴(個性)、勝負への拘りという点においてはAチームの選手達が他2チームと比べると抜きん出ている印象を受けた。また彼らは試合後、自主的に集まりミーティングを行っていた。この点も他の2チームには全く見られなかった点である。前回FC稲毛U-14とのゲームと同様、何が通じて、何が通じなかったのかを考え更なる成長につなげて欲しい。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	6	ブロック	U- 13	日時	5 月 27 日 9 : 00 ~	: 00
担当	前田				会場	八千代総合運動公園	
参加スタッフ	前田、林、小川、榎原、大塚、大久保、柳橋						
テーマ							
指導方法							
W.UP				TR2			
 20m × 20m 1. ボールマスタリー ・トゥータッピング ・イン、イン、足裏 ・アウト、インのカット ・ステップ、ステップオーバー ・ステップ、ステップオーバーオン 2. フェイント・ターン(コーンの前で) ・シザース ・Wシザース ・ステップオーバー、シザース ・インサイドのカット ・アウトサイドカット ・ステップオン ・クライフターン				 ラインをドリブルで通過 30m × 40m ・フェイント・・・1vs1のチャレンジ ・ターン・・・広い方を攻める ・観る・・・判断 ・コントロール・・・どこにボールを向ければ有効か ・パス・・・見方がいることで ・コミュニケーション			
TR1				ゲーム			
 1vs1 ①DFがOFにパスしてスタート OFはラインゴールをドリブル通過 ②DFが真ん中までドリブルしてOFにパスしてスタート ・フェイント ・ターン ・相手を観る ・ファーストタッチ ・DF粘り強く				9vs9(GK含む) ・少年用サイズのコート、ゴール ・3チーム 10分6セット 判断・・・ドリブル、パス、シュート、コントロール コミュニケーション プレーの選択肢を多く持つ			
キーファクター							
・テクニク ・テクニク観てプレーする							

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	4	ブロック	U- 13	日時	6 月 24 日 8 : 30 ~ 12 : 30
担当	今井伸太郎				会場	佐倉市立上志津中学校
参加スタッフ	今井、新井、佐藤					
テーマ	1:1の守備					
指導方法						
1、集合時の挨拶、準備、時間厳守の徹底 2、トレーニング開始時のスタイル徹底 3、各自アップ 4、4人組でボールなしでの駆け引きトレーニング 5、ボールを手で持ったのトレーニング 6、足を使ってのトレーニング 7、テーマに沿ったゲーム 1、集合時間に遅れることなく、しっかり挨拶までできる選手が多いが指示を待つ選手もいるので黙って見ていることにした。なんでも自分達で感じて、行動する(判断力)事の大切さを知って欲しい 2、各チームの指導が出来ているため問題がない 3、意識の高い選手と低い選手が良くわかり今後のセレクトに取り入れたい。この後全体でアップをしトレーニングに入る			4、2人は正面を向き、攻めと守備の関係を作り残りの2人に触ることを指示(攻めよりも早く触る事が出来れば1点)逆を取られてもすぐに次の行動に移る(攻めは先に触れないと判断したら次に移動して先に触れば1点) 5、5人ずつに分かれて手でボールを投げる。投げた選手がアプローチしに行き受けた方は交わす投げた方は抜かれないように阻止する 6、足を使って5と同じ要領で行う。ここで相手の守備の考え方を伝えた。 7、3チームに分かれてのゲーム。上志津中の選手達ともゲームをし本日終了 15分×4			
キーファクター 1:1の守備側の考え方、駆け引き、守備の仕方等、個人の力がチーム力を上げる事を知ってほしい 相手ボールのときは全員が守備の意識を持つ						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	6	ブロック	U- 13	日時	10 月 28 日 9 : 30 ~ 14 : 30
担当	前田				会場	習志野七中
参加スタッフ	前田、小林、小川					
テーマ						
指導方法						
W.UP	・各自フリーランニング ・4vs2ボール回し ・二人組ロングキック				TR1	県トレ、5ブロックとのTM ・8vs8のハーフコートゲーム ・11vs11のフルコートゲーム ・攻守でのオフのプレーヤーのボールへの関わりが少ない。 ・オフザピッチも含めてのコミュニケーション不足
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	6	ブロック	U- 13	日時	11 月 25 日 9 : 00 ~ 12 : 00
担当	前田				会場	勝田台中
参加スタッフ	前田、小林					
テーマ						
指導方法						
W.UP	二人組で動きながら基礎 ・インサイド ・インサイドステップ ・モモのコントロール ・ヘディング 所属チームが同じ二人組が多く、もっとオープンマインドを持ってコミュニケーションを取ってほしい。				TR1	トレーニングマッチ vsU-13八千代市選抜(25分×5) 2-1 1-0 5-0 1-0 4-0 味方に関わる姿勢は見られた。 ただ、他のオフのプレーヤーを観ながら動く事は少なく、効果的なポジションを取る選手は少なかった。
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	6	ブロック	U- 13	日時	12 月 16 日 9 : 00 ~ 12 : 00
担当	前田				会場	高根台中
参加スタッフ	前田、小川、伊澤					
テーマ	高根台中とのトレーニングマッチ					
指導方法						
W.UP	・フリーランニング(タッチ～タッチライン) ・10人組での動きながらのパス & コントロール ・5vs5ボールポゼッション				TR1	高根台中U-14,13とのTM 20分×5 1-0 1-0 2-0 1-1 4-0 ボールを受けてから考える、探す選手が多いために、3, 4セットは自陣では2タッチ以内とした。 課題 ・オフの時に周りを観れない(アイディアがない) ・オンの土岐に首を振れない ・前回よりは少しだがコミュニケーションがとれてきた。
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	6	ブロック	U- 13	日時	1 月 27 日 8 : 30 ~ : 00
担当	前田				会場	村上中
参加スタッフ	前田、小川、細川					
テーマ	観る					
指導方法						
W.UP		・3vs1 ポゼッション(2タッチ、1タッチ) ・4vs2 ポゼッション(フリータッチ、2タッチ) ・6人組×3グループでボール回し (自チームのみで) (赤⇒黄⇒白の順で) (赤⇒赤⇒黄⇒黄⇒白⇒白の順で) ・6人組×3グループでボールキープ(ボール2個) (観る、サポートの動き、ボールを奪う、 パス&コントロール、コミュニケーション)			TR1	
					トレーニングマッチ vs村上中2年生(25分ハーフ) 5-1 3-0 vsヴィヴァイオ船橋05U-14(20分) 0-3 総評 ・グラウンドが緩かったため、パス&コントロールは難しかった。 ・オンの選手は観ながらプレーする事を意識しているが、オフの選手は観ているがアクションが少ない。 ・ここに来て、オフザピッチでのコミュニケーションが取れてきた。	
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	6	ブロック	U- 13	日時	2 月 23 日 11 : 30 ~ :
担当	前田				会場	23日千葉工大茜浜G 24日八街高校
参加スタッフ	23日 前田、小川 24日 小林、前田、小川					
テーマ	観る					
指導方法						
23日	Wingsとのトレーニングマッチ テーマ:観る W-up ・3人組 パス&コントロール ・3人組 リフティング ・1vs1 ボールキープ トレーニングマッチ 1 - 2 3 - 1 1 - 0 0 - 0 0 - 2 2 - 3					・観ようとしているのだが、判断が遅いためボールを失う回数が多い。 ・オフでの動きが少ないため、選択肢が少ない
24日	トレセン交流会 テーマ:観る W-up 動きながら見ながらコミュニケーション TR1 パス&コントロール TR2 3vs2 ゲーム vs 8ブロック 0 - 1 vs 2ブロック 2 - 1					・ピッチを広く使えない ・観ながらのテクニックのレベルが少し低い
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	6	ブロック	U-13、14	日時	3 月 17 日 8 : 00 ~ 12 : 00
担当	逸見 俊也				会場	習志野高校
参加スタッフ	U-13:前田 U-14:逸見、秋原、伊澤					
テーマ	プレッシャーの中でのプレイ					
指導方法						
23日						
■ W-up 各自 ①グリット内でいろんなステップ ②3vs1ポゼッション ③ポゼッション 【様子】 ポゼッションでは、視野の確保が不十分でボールが来てからの判断になっていて、ボールの置き所を考えさせながら行った。				■ トレーニングマッチ VS 習志野高校C 30分×4本 プレッシャーの中で判断を変えられる選手もいたが、多くはボールが来てからプレイが始まってしまう傾向が見られた。また、戦術的な理解も不足していることが把握できた。		
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	7	ブロック	U- 13	日時	5 月 27 日 12 : 30 ~ 16 : 30
担当	坂田 温彦				会場	柏市立田中中
参加スタッフ	坂田(西原中)・尾張(田中中)					
テーマ	7ブロックUー13 選手選考(1回目)					
指導方法						
第7ブロックに所属するクラブチームの選手を招集して選考会を実施しました。事前に各クラブに知らせておき5名～7名程度の選手を派遣してもらうようにしました。						
参加人数69名						
1、あらかじめ事前にグループを6チームに分け、グループごとにウォーミングアップを行わせた。 2、ピッチサイズはハーフコートで行い、15分で一人が複数回出れるように場の設定を行った。 3、終了後、チームごとにクールダウンを行い、着替えをして集合させた。 4、スタッフから今回の評価をし、解散させた。						
* 次回も同じメンバーで召集をすること選手に伝えた。1ヶ月間しっかりチーム内で練習をし、今日よりも少しで技術が向上しているようにと選手に伝えた。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	7	ブロック	U- 13	日時	6 月 24 日 9 : 00 ~ 13 : 30
担当	坂田 温彦				会場	西原中学校
参加スタッフ	坂田(西原中)尾張(田中中)					
テーマ	7ブロックU-13 選手選考(2回目)					
指導方法						
第7ブロックに所属するクラブチームの選手を招集して選考会を実施しました。今回も前回召集したメンバーで選考を行いました。 参加人数69名						
1、あらかじめ事前にグループを6チームに分け、グループごとにウォーミングアップを行わせた。 2、ピッチサイズはハーフコートで行い、15分で一人が複数回出れるように場の設定を行った。 3、終了後、チームごとにクールダウンを行い、着替えをして集合させた。 4、スタッフから今回の評価をし、解散させた。						
* 次回は、今回の内容を判断し、召集人数を30名ぐらいにし、トレーニングをすることを説明した。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	7	ブロック	U- 13	日時	10 月 28 日 8 : 45 ~ 13 : 0
担当	坂田 温彦				会場	田中中学校
参加スタッフ	坂田(西原中)・尾張(田中中)					
テーマ	トレーニング・ゲーム(次回の交流会に向けての選考も兼ねる)					
指導方法						
W-up				Tr1		
①15M×15Mのグリットのなかで、鬼ごっこ。 ②15M×15Mの中でリフティング (1、フリーリフティング2、インサイドのみ3、アウトサイドのみ) ③25M×25Mの中で、フリーストライク ④25M×25Mの中で、ボールだし				①25M×25Mの中で、ボールの個数を減らし、ボールキープ (顔を上げさせる。攻守切り替えを早くする。) ②3対1のボールポゼッション (ボールを持っていないときのサポートの位置・距離を考えながら) (攻守の切り替えを早く行う) (ボールを出した後に、すぐサポートの位置に入る)		
ゲーム						
4チームに分けてゲーム(オールコート) ・今もっている個で勝負をすること ・失敗してもいいので、何度もトライすること ・攻守の切り替えを早くすること (取られたらすぐ取り返すの意識を強く持つ。)						
キーファクター						
・切り替え・ボールフィーリング・観る・サポートの位置						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	7	ブロック	U- 13	日時	11 月 25 日 8 : 15 ~ 12 : 30
担当	坂田 温彦				会場	こてはし台中学校
参加スタッフ	坂田(西原中)・尾張(田中中)					
テーマ	県トレ・8ブロックとの交流戦					
指導方法						
up後、交流戦を行った。						
9:00～ ノース VS 7ブロック 9:25～ 8ブロック VS 7ブロック 9:45～ ノース VS 8ブロック 10:15～ ノース VS 7ブロック 10:40～ 8ブロック VS 7ブロック 11:05～ ノース VS 8ブロック 11:30～ ノース VS 7ブロック 11:55～ 8ブロック VS 8ブロック						
* 試合後、次回中体連の選手も招集し、選考会を行うことを説明した。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	7	ブロック	U- 13	日時	12 月 16 日 8 : 30 ~ 12 : 00
担当	坂田 温彦				会場	流山市立南部中学校
参加スタッフ	坂田(西原中)・尾張(田中中)					
テーマ	7ブロックのクラブチーム所属選手と中体連所属選手と選考兼ねたゲーム					
指導方法 前回の県トレセンとの交流会で召集したクラブチーム所属選手と新たに各市から推薦された中体連の選手との選考を兼ねたゲームを行った。選手には、2月に行われる交流戦のメンバー選考でもあること、また、今持っている最高のパフォーマンスをしてくださいと説明し、ゲームを行わせた。 クラブ、中体連共に2チームずつにわけて、クラブVS中体連の形式でゲームを行った。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	7	ブロック	U- 13	日時	1 月 27 日 13 : 00 ~ 16 : 00
担当	坂田 温彦				会場	柏市逆井中学校
参加スタッフ	坂田(西原中) 尾張(田中中)					
テーマ	7ブロックのクラブチーム所属選手と中体連所属選手と選考兼ねたゲーム					
指導方法						
前回の県トレセンとの交流会で召集したクラブチーム所属選手と新たに各市から推薦された中体連の選手との選考を兼ねたゲームを行った。選手には、2月に行われる交流戦のメンバー選考でもあること、また、今持っている最高のパフォーマンスをしてくださいと説明し、ゲームを行わせた。 クラブ、中体連共に2チームずつにわけて、クラブVS中体連の形式でゲームを行った。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	7	ブロック	U- 13	日時	2 月 23 日 13 : 00 ~ 16 : 00
担当	坂田温彦			会場	八街高校	
参加スタッフ	坂田・尾張(田中中)					
テーマ	1ブロック・3ブロック・7ブロックとの交流戦					
指導方法						
13:00 集合 13:10 挨拶、諸注意 13:30 トレーニング 14:30 ゲーム(各ブロック25分1本×2試合) 16:00 終了 16:10 スタッフミーティング						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	8	ブロック (U-13)	日時	4 月 22 日 12 : 30 ~ 16 : 00
担当	総田幸寿			会場	浦安市立富岡中学校
参加スタッフ	総田、清水、岸				
テーマ	選手選考 ルックアップ				
指導方法					
第8ブロックは、まず市川浦安地域と松戸地域とでそれぞれ活動を行って選考した選手を地域選考選手として、その後両地域の選考選手を合わせて活動を行う。 今回は市川浦安地域のみ活動した。 参加人数39名(GK2名) 選考の基準は、 ・足元の技術(ルックアップできるか) ・身体能力 ・プレーのアイディアと選択肢(ルックアップしているか) ・かけひき ・人間性、積極性 また、ストロングポイントが突出している選手については、評価する。 富岡中学校の2、3年生チームとも対戦させてもらい、11人制でのプレーも見ることができた。 次回から選手を推薦するチームもあるため、今回参加した選手は次回も全員招集する旨を伝え、解散した。			1. ウォーミングアップ 2. ボールタッチ ①センターサークル内フリードリブル ②センターサークル内条件付きドリブル ・利き足のみ ・逆足のみ ・足裏のみ - など ③センターサークル内ドリブルおにごっこ 3. 4対2(2対2対2)ボール回し 4. ワンツーからのシュート 5. 11人制ゲーム (15分×6本)		
キーファクター					

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第 8 ブロック (U-13)	日時	5 月 27 日 8 : 30 ~ 12 : 00
担当	総田幸寿	会場	浦安市立日の出中学校
参加スタッフ	総田、清水、岸		
テーマ	選手選考 ボールタッチ		
指導方法			
第8ブロックは、まず市川浦安地域と松戸地域とでそれぞれ活動を行って選考した選手を地域選考選手として、その後両地域の選考選手を合わせて活動を行う。前回推薦を見送ったチームの選手も参加した。 参加人数57名(GK2名) 選考の基準は、 ・足元の技術(ルックアップできるか) ・身体能力 ・プレーのアイディアと選択肢(ルックアップしているか) ・かけひき ・人間性、積極性 また、ストロングポイントが突出している選手については、評価する。 今回までで市川浦安地域の1次選考選手30名程度を決定すること、そのうち3名を県トレセンに推薦することを伝え、解散した。 松戸地域と合流しての活動は、9月から行う。		1. ウォーミングアップ 2. ボールタッチ グリッドの中をフリーランニングしながらのパス交換 ・パスしたら動く ・身体の向きを気にして ・ダイレクトで ・ノールックで 3. 4対2(2対2対2)ボール回し 4. 5人制ゲーム (5分×4本) 5. 11人制ゲーム (15分×5本)	
キーファクター			

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第	8	ブロック (U-13)	日時	6 月 24 日 8 : 30 ~ 12 : 00
担当	総田幸寿			会場	清安市立日の出中学校
参加スタッフ	総田、清水、岸				
テーマ	選手選考 ポールキープ				
指導方法					
第8ブロックは、まず市川浦安地域と松戸地域とでそれぞれ活動を行って選考した選手を地域選考選手として、その後両地域の選考選手を合わせて活動を行う。今回は、前回の活動から30名を選考し、そのうち県トレセンに推薦した3名を除いた27名で活動した。 参加人数27名 (GK2名) そのうち見学1名 選考の基準は、 ・足元の技術 (ルックアップできるか) ・身体能力 ・プレーのアイディアと選択肢 (ルックアップしているか) ・かけひき ・人間性、積極性 また、ストロングポイントが突出している選手については、評価する。 さらに、今回特に重視したポイントは、 ・状況を打開する個の力 次回からはさらに20名前後まで人数を絞って、松戸地域と合流して活動をする事、8月末に行われる市川浦安の1年生大会でのプレーも選考の材料とすることを伝え、解散した。				1. ウォーミングアップ 2. ポールキープ (1対1対1) ・相手が2人でも簡単に失わないこと ・キープするだけでなく仕掛けること ・2人で連携してボールを奪うこと 3. 4対2 (2対2対2) ポール回し ①5秒以上キープ ②ダイレクトor5秒以上キープ ・2人で連携してボールを奪うこと ・ボールを受けるための動き ・ボールを離すタイミングと状況の判断 4. 5人制ゲーム (5分×4本) 5. 11人制ゲーム (15分×3本)	
キーファクター					

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第 8 ブロック (U-13)	日時	10 月 28 日 12 : 30 ~ 16 : 00
担当	総田幸寿	会場	市川市立高谷中学校
参加スタッフ	総田、清水、岸		
テーマ	選手選考		
指導方法			
市川浦安地域と松戸地域とでそれぞれ活動を行って選考した選手を地域選考選手として、両地域の選考選手を合わせて活動を行った。1番のテーマは、第8ブロック選手の選考である。高谷中とのトレーニングマッチを行った。 参加人数45名(GK2名) 選考の基準は、 ・足元の技術(ルックアップできるか) ・身体能力 ・プレーのアイデアと選択肢(ルックアップしているか) ・かけひき ・人間性、積極性 また、ストロングポイントが突出している選手については、評価する。 さらに、今回特に重視したポイントは、 ・状況を打開する個の力 12月までは人数を絞らずに活動すること、その後はそれまでのプレーなどの内容から30名以下に絞り込んで活動することを伝え、解散した。		1, ウォーミングアップ 2, 11人制ゲーム (20分×5本) 第8ブロックの基本コンセプトとして、以下のように最低限の指示を与えた。 ・フォーメーションは4-4-2の中盤はダイヤモンド型 ・攻撃時はむやみに蹴らず、サイドに起点を作っ てつなぐ。 ・常に縦パスを意識しながらすばやく逆サイド、遠い サイドにつなぐ。 ・サイドで1対1を作ったら勝負をしかける。 ・守備になったら中盤のトップ下、ボランチが横並 びになり、DFラインの前に中盤のラインを作り、 ラインをあげて前からプレッシャーをかける。 ・味方のサイドハーフは基本的に相手のサイド バックにプレス。ただし場合によっては、ボール サイドの逆サイドハーフはDFラインに戻ってス ペースを消す。	
キーファクター			

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第 8 ブロック (U-13)	日時	11 月 25 日 8 : 30 ~ 12 : 30
担当	総田幸寿	会場	千葉市立こてはし台中学校
参加スタッフ	総田、清水、岸		
テーマ	選手選考 個での状況打開		
指導方法			
県トレノースと第7ブロックトレセンとの交流戦であったが、第8ブロックとしての選手選考が完了していないため、現時点での選抜メンバーを招集し、参加した。1番のテーマは、個で状況を打開する能力の育成である。 参加人数24名(GK2名) ほとんどの選手が所属チームでのポジションとは異なるポジションでプレーするということで、ボール支配はほとんど相手チームに譲ることになった。特に守備面での連携があまりなく、2人以上で囲んでボールを奪うことはおろか、縦パス1本のカウンターから失点を許すような場面もあった。単純なパスミスも多く見られた。		1, ウォーミングアップ 2, 11人制ゲーム (25分×4本) 第8ブロックの基本コンセプトとして、以下のように最低限の指示を与えた。 ・フォーメーションは4-4-2の中盤はダイヤモンド型 ・攻撃時はむやみに蹴らず、サイドに起点を作ってつなぐ。 ・常に縦パスを意識しながらすばやく逆サイド、遠いサイドにつなぐ。 ・サイドで1対1を作ったら勝負をしかける。 ・守備になったら中盤のトップ下、ボランチが横並びになり、DFラインの前に中盤のラインを作り、ラインをあげて前からプレッシャーをかける。 ・味方のサイドハーフは基本的に相手のサイドバックにプレス。ただし場合によっては、ボールサイドの逆サイドハーフはDFラインに戻ってスペースを消す。	
キーファクター			

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第 8 ブロック (U-13)	日時	12 月 16 日 12 : 30 ~ 16 : 00
担当	総田幸寿	会場	松戸六実高等学校
参加スタッフ	総田、清水、岸		
テーマ	選手選考 プレーイメージの共有		
指導方法			
11月の交流戦までで個の能力は大体把握できたが、今回は第8ブロック選手選考の最終回として、ゲームの中でのコミュニケーション能力(いかに他の選手とプレーイメージの共有ができるか)を重視した。 参加人数47名(GK2名) そのうち見学1名 選考の基準は、 ・足元の技術(ルックアップできるか) ・身体能力 ・プレーのアイデアと選択肢(ルックアップしているか) ・かけひき ・人間性、積極性 また、ストロングポイントが突出している選手については、評価する。 次回以降、来年度初めに新規合流選手の選考までは、一旦25名前後まで人数を絞って活動することを伝え、解散した。		1, ウォーミングアップ 2, ボールキープ(1対1対1) ・相手が2人でも簡単に失わないこと ・キープするだけでなく仕掛けること ・2人で連携してボールを奪うこと 3, 4対4(2サーバー) ・2人で幅をとり、中を広げる ・積極的にDFの裏を狙う ・くさびが入った時のアクション 4, 11人制ゲーム (20分×4本) 第8ブロックの基本コンセプトとして、以下のように最低限の指示を与えた。 ・フォーメーションは4-4-2の中盤はダイヤモンド型 ・攻撃時はむやみに蹴らず、サイドに起点を作ってつなぐ。 ・常に縦パスを意識しながらすばやく逆サイド、遠いサイドにつなぐ。 ・サイドで1対1を作ったら勝負をしかける。 ・守備になったら中盤のトップ下、ボランチが横並びになり、DFラインの前に中盤のラインを作り、ラインをあげて前からプレッシャーをかける。 ・味方のサイドハーフは基本的に相手のサイドバックにプレス。ただし場合によっては、ボールサイドの逆サイドハーフはDFラインに戻ってスペースを消す。	
キーファクター			

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	第 8 ブロック (U-13)	日時	1 月 27 日 8 : 30 ~ 12 : 00
担当	総田幸寿	会場	塩浜多目的グラウンド
参加スタッフ	総田、清水、岸		
テーマ	プレーイメージの共有 攻撃面の連携 守備面の連携		
指導方法			
12月までの選考を経て、第8ブロック選考選手として26名に絞り込んだ。今回は、市川七中とのトレーニングマッチを行うことによって、チームとして攻撃面の連携と守備面の連携を高めることと、個々のコミュニケーション能力を高めることを主なテーマとした。 参加人数19名(GK2名) そのうち見学1名 (チーム事情による不参加者が5名) 市川七中の2年生を相手にした時には、スピードとパワーに対応できずに押し込まれる時間帯が続いたが、慣れてくると徐々に落ち着いてボールを動かせるようになり、得点につなげることもできた。 ただ、全体的にパスを送る先が近い傾向が強く、展開が小さくなりがちだった。技術的にはルックアップしてプレーできる選手がほとんどなので、できるだけ遠くの味方までを視野に入れて、選択肢を増やすようにしようと話をした。 また、普段スピードにまかせて突破するプレーを得意にしている選手は、スピードで上回る相手に対して、打開策を見つけられずにいるようだった。 いずれにしろ、連携なくしては勝てない競技であること、個々のより一層のレベルアップ・スキルアップが必要であることを話して解散した。 不要なファウルが多く見られたため、減らすように話した。		1, ウォーミングアップ 2, 3対3(2サーバー) ・2人で幅をとり、中を広げる ・積極的にDFの裏を狙う ・くさびが入った時のアクション ・ダイレクトのプレーで突破する 3, 11人制ゲーム (25分×4本) 第8ブロックの基本コンセプトとして、以下のように最低限の指示を与えた。 ・フォーメーションは4-4-2の中盤はダイヤモンド型 ・攻撃時はむやみに蹴らず、サイドに起点を作ってつなぐ。 ・常に縦パスを意識しながらすばやく逆サイド、遠いサイドにつなぐ。 ・サイドで1対1を作ったら勝負をしかける。 ・守備になったら中盤のトップ下、ボランチが横並びになり、DFラインの前に中盤のラインを作り、ラインをあげて前からプレッシャーをかける。 ・味方のサイドハーフは基本的に相手のサイドバックにプレス。ただし場合によっては、ボールサイドの逆サイドハーフはDFラインに戻ってスペースを消す。	
キーファクター			

2012 CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県U-13(ノース&サウス)	日時	4月22日 13:00 ~ 15:00
担当	橋本	会場	東邦中
参加スタッフ	小田、米倉、岡田、末田、橋本、川崎、加藤、石井、唐沢、上芝		
テーマ	個の育成「ボールとの関係性」(判断材料を増やすためのトレーニング)		
指導方法			
W-UP ◎ストレッチ ・股関節の可動域を広げ、腸腰筋などがスムーズに動くように行う 《ボールとの関係性①》 ◎リフティング(ハンドボールコートの半分で) (ボールを自分の正面に置き、安定した姿勢で) (密集の中でも正確にコントロールする) (股関節の可動域を広げる) ①フリーで行う(両足使う) ②インサイドだけ(左右交互) ③アウトサイドだけ(左右交互) ④インサイドだけ(左5回→右5回→交互) ⑤アウトサイドだけ(左5回→右5回→交互) 【シンクロ】 ・正しい姿勢で行う ・「情報」が取れるように ・力を入れすぎない ・左右を同様に！ 		TR1 《ボールとの関係性②》 ◎ボールタッチ (足とボールの接する時間を長くする) ①足のかかとのソールの後ろを使ってペンギンのように ②アウトからのソールでとめる ③インサイドでボールをなぞってとめる ④イン→アウトでなぞりながら、バックに進む → ⑤インサイドでなぞって、前進する → ⑥インサイドでなぞって前進し、途中でストップ → ⑦かかとでコントロール ⑧インサイドで長く持ち出して、横移動 へそは正面で 【シンクロ】 ・顔を上げるだけではダメ！ ・どんな情報を得るか、考えること！ ・ドリブルのTRではないぞ！ ・考えて、イメージしながら！ ・ボールコントロールだけに集中しないで！ 15m程度	
TR2 《ボールとの関係性③》 ◎コーンを使ったドリブル (とっさの脚が出るために・・・身体に覚えさせる) ①利き脚だけ 6回 ②逆脚だけ 9回 ③アウトサイドだけ 6回 【シンクロ】 ・ミスしてもいいので速く！ ・とっさの足が出せるように！ ・コーンの間隔はコーン1つ分		TR3 《ボールと人との関係性》 ◎フリードリブル①(ハンドボールのハーフコート) ◎ドリブルゲーム①(ボールの数は3人に1つ) 【シンクロ】 ・相手がいる中で何を考えているか ・両足を使っているか ・情報をとってるか ミーティングを入れ、ポイントの確認 ※『どういう時にボールを失った？』 ※『フリードリブルの時にまわりを観てた？』 ※『フリードリブルの時に情報をとってた？』 ◎フリードリブル② (相手を意識して次のプレーの判断する) ◎ドリブルゲーム②(20人を2チームに分け、ボール4つ、パスなし) (相手を意識して次のプレーの判断する) ◎ドリブルゲーム③(20人を2チームに分け、ボール4つ、パスあり) 「相手の逆を取る」→ <u>かけ引き</u> ↓ ・自分の前の現象を1つ打開する	
キーファクター ・ボールとの関係性(どんな状況でも左右の足でボールを扱える・ボールを置く位置の把握) ・判断(ボールを保持している状況で、何を観るか) ・股関節筋群の柔軟性(動きづくり)			

報告事項

【トレーニングを終えての感想】

- ・月1回の県トレで「上手くなる」のではなく、気づいて、プレーの幅を広げるための努力ができるかと思いました。

2011CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県U-13(ノース&サウス)	日時	5 月 27 日 13 : 0 ~ 15 : 0
担当	橋本 真(カナリーニョ)	会場	東邦中
参加スタッフ	小田、米倉、岡田、末田、橋本、大瀧、福岡、加藤		
テーマ	個の育成「ボールとの関係性」(判断材料を増やすためのトレーニング)		
指導方法			
W-UP ◎ストレッチ(股関節の可動域を広げ、腸腰筋などがスムーズに動くようにする) 《ボールとの関係性①》 ◎リフティング(ハンドボールコートの半分で) ・ボールを自分の正面に置き、安定した姿勢で行う。 ・密集した中でも正確にコントロールする。 ・股関節の可動域を広げる。 ①インステップ→インサイド→アウトサイド(利き足から逆足交互に行う。) ②ボールをワンバウンドさせ、つま先でコントロールする。(シャウベ) ③ボールをワンバウンドさせ、つま先で右、左にコントロールする。 ④ボールをワンバウンドさせ、つま先でコントロールし、頭を超えて真後ろにボールを置く。 ⑤逆足でリフティング。 1つのトレーニングを5～7分程度で行う。		TR1～2 《ボールとの関係性②～③》 ◎ボールタッチ(足とボールの接する時間を長くする。) ◎コーンを使ったドリブル(咄嗟の足が出るために…身体に覚えさせる。) ※ このトレーニングについては、前回(4/22)に行ったものと一緒です。	
TR3 《ボールと人との関係性》 ◎13VS13のドリブルゲーム①(ボール4つ、パスなし) (相手を意識して次のプレーを判断する。) ◎13VS13のドリブルゲーム②(ボール4つ、パスなし) (相手を意識して次のプレーを判断する。) (自分の利き足とは逆足でコントロールをする。) ◎13VS13のドリブルゲーム③(ボール4つ、パスなし、①と同じ) ※コーンでグリットを作り、縦20M×横12Mの中で4チームに分かれて行う。		TR4 《ボールと人との関係性②》 ◎5VS5のミニゲーム(キーパーも付けて) ・自分で何とかすることを練習の中で身につける工夫をする。 ・相手をいかに騙すかを考える。 ・パスを回すことが狙いではない。 ・常に情報を得ながら、プレイを判断する。 ・考えてプレーする。 ・1本1本勝負する。プレーをこだわる。 ※ハンドボールコート×4面、7～8分程度でチームを変える。	
キーファクター			
・ボールとの関係性(どんな状況でも左右の足で足でボールを扱える・ボールを置く位置の把握)			
・判断(ボールを保持している状況で、何を見るか)			
・股関節筋群の柔軟性(動きづくり、身体づくり)			

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

【トレーニングを終えての感想】

- ・前回のトレーニングを受けて、選手1人1人が意識してきたのか前回と同じトレーニングでも格段に上達した選手が多くいた。
- ・意識してボールから目を離し、情報を得ようとする選手が増えてきた。
- ・苦しい状況になったときに安易に逃げる動きをするのではなく、自分で考え、何とか打開しようとする選手の姿が見られた。
- ・当日は、27℃を超す暑さの中、2時間という短いトレーニングだったが、集中して何かを得ようとする選手の姿が多く見られた。また、小まめに水分補給を行い、熱中症の予防を心がけていた。
- ・今後は、ノース、サウスに分かれてのトレーニングとなる。その中で、選手1人1人が、この間のトレーニングよりできるようになったのはなぜか？を考えさせ、できた理由を選手1人1人で見つけ、続けさせるように課題を課した。
- ・股関節だけでなく、ストレッチそのものを苦手とする選手もあり、今後も継続して可動域を広げていくように指導していきたい。

文責:千葉市立土気南中学校 末田 浩

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県U-13(サウス)	日時	6 月 24 日 13 : 0 ~ 15 : 0
担当	小田 正則(習志野第七中学校)	会場	東邦中
参加スタッフ	県トレスタッフ、ブロック担当2種		
テーマ	判断の育成(判断材料を増やし、情報を得るためのトレーニング)		
指導方法			
W-UP ◎ストレッチ(股関節の可動域を広げ、腸腰筋などがスムーズに動くようにする) ≪ボールとの関係性≫ ◎リフティング(ゴールポスト幅) ・ボールを自分の正面に置き、安定した姿勢で行う。 ・密集した中でも正確にコントロールする。 ・股関節の可動域を広げる。 ①インステップ→インサイド→アウトサイド(利き足から逆足交互に行う。) ②二人組をつくり、向かい合いながらボールコントロール→パスをする。(2タッチ) ・膝から下(インサイド・アウトサイド・インステップ)でコントロール→パス ・腿でボールコントロール→パス ・胸でボールコントロール→パス ・頭でボールコントロール→パス 1つのトレーニングを5～7分程度で行う。		TR1 ≪情報を得るためのトレーニング①≫ ◎12M×12Mのグリッドの中に20人の選手が入る。 ・5分ドリブル×2セット ・両手でボールを持ち、相手に背後を取られないように注意しながら、移動する。見えていない選手にはボールで背中をタッチする。 ・片手でボールを持ちながら、相手選手との距離感、ボールと相手との距離感を測り、左右の手にボール持ち替えりながら移動する。また、すれ違うときにボールを手で叩く。 ・両手でボールを持ち、ステップを踏みながら指示をされたときにボールを頭上よりも高くあげ、声をだしながら、その指示された回数だけボールをタッチし、コントロールする。 ≪情報を得るためのトレーニング②≫ ◎20M×25Mのグリッドの大きさに 4VS4 +1(サーバー) ・2分30秒×5セット ・パスサーからボールを入れて開始する。 ・攻める方向のエンドラインにターゲットとなるサーバーにパスをし、ダイレクトでパスを返すと1点となる。 ・点数が入ると攻める方向を変え、逆側のサーバーにターゲットを変えて攻撃をする。 ・DF側はボールをインターセプトしたら、攻守を入れ替える。 ・ボールが外に出たら、パスサーからボール入れて再開する。	
TR3 ≪情報を得るためのトレーニング③≫ ◎3VS2+GK(halfコート) (相手を意識して次のプレーを判断する。) ・OFはゴールを目指す。 ・DFは奪ったら、コーンに並んでいる次の人へパスをする。 ・シュートを打てなかった2人がDFをする。 ◎3VS3+GK(halfコート) (相手を意識して次のプレーを判断する。) ・OFはゴールを目指す。 ・DFは奪ったら、コーンに並んでいる次の人へパスをする。 ・OFが終わった3人でDFをする。		TR4 ≪情報を得るためのトレーニング④≫ ◎パス&コントロール(3人) ・25Mの間隔を取り、3ヶ所に人が立つ。 ・サイドの人は真ん中の人から出されたボールをトラップ→パス。 ・真ん中の人はそのボールを角度をつけながらもらい、ターンをし、逆サイドの人にパスをする。 ・パスをした人は、パスを出した方向に移動する。 ・動きの中でのボールコントロールを意識する。 ・声をかける。 ・DFを意識する。	
キーファクター ・ボールとの関係性(どんな状況でも左右の足で足でボールを扱える・ボールを置く位置の把握) ・判断(ボールを保持している状況で、何を見るか) ・股関節筋群の柔軟性(動きづくり、身体づくり) ・プレッシャーの中でのパス・ドリブル ・コーチング			

報告事項

(トレーニングの感想、課題、次回の活動、気になった選手等、報告事項がある場合に入力)

【トレーニングを終えての感想】

- ・今回のトレーニングから、ノースとサウスに分かれたことと、新しく5人の選手が加わったことで、選手も新しい気持ちでトレーニングに参加していたように感じた。
- ・積極的にコーチングしてボールを要求する選手、指示をする選手、声が出ない選手と色々な部分が見られた。
- ・攻守の切り替えを意識したり、状況を見て攻め急がないように様子を見る選手などが見られた。
- ・今回も天気に恵まれ、2時間という短いトレーニングだったが、多くの選手が体力を消耗していた。そこで、いつもよりも丁寧にDOWNを行い、今後につなげた。
- ・選手1人1人にできるだけ課題を与え、次に会うまで、チームに戻り自分自身の課題に取り組むように伝えた。

文責:千葉市立土気南中学校 末田 浩

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県U-13(サウス)	日時	8 月 9 日 12 : 00 ~ 17 : 00
担当	小田 正則(習志野第七中学校)	会場	フクダ電子スクエア
参加スタッフ	県トレサウススタッフ(小田、末田、岡田)、ブロック担当2種		
テーマ	関東交流戦 VS FC前橋U-13、清水エスパルスジュニアユースU-13		
指導方法			
【試合結果】 第1試合 VS FC前橋 3-1 ○ 第2試合 VS 清水エスパルス 1-5 ×			
</			

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県U-13(サウス)	日時	8 月 10 日 12 : 00 ~ 17 : 00
担当	小田 正則(習志野第七中学校)	会場	フクダ電子スクエア
参加スタッフ	県トレサウススタッフ(小田、末田、岡田)、ブロック担当2種		
テーマ	関東交流戦 VS 柏レイソルジュニアユースU-13、JSC千葉U-13		
指導方法			
【試合結果】 第1試合 VS 柏レイソル 2-1 ○ 第2試合 VS JSC千葉 4-2 ○			

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県U-13(サウス)	日時	9 月 23 日 8 : 00 ~ 12 : 00
担当	小田 正則(習志野第七中学校)	会場	順天堂大学さくらキャンパス
参加スタッフ	県トレサウススタッフ(小田、米倉、末田、鈴木)、ブロック担当2種		
テーマ	関東交流戦 VS 神奈川県選抜		
指導方法			
* サウストレセンとしては、今回が初めての関東交流戦だった。まだ、メンバーも選考している段階であり、テーマとしては、まずは「個の力を生かしながら、いかに判断よくプレーするか」に主眼を置いてゲームを行った。結果は1-4で敗退してしまったが、個々の選手の能力やチームの課題を発見するには、いい試合だったと思った。相手の神奈川県選抜の選手は、身体的な大きさや強さ、スピードがあり、一つのチームとしても、完成しているように感じた。それに対して、千葉県の選手の特徴は小柄で足元のテクニックがある選手が多かった。1人で、相手を1人、2人とドリブルで抜き去り、局面を開く選手もいた。ただ、課題として、DF的な戦術・技術が乏しく、ボールを失ってから速いカウンター攻撃に対応することができなかった。 ※選手個人の課題 ・個人のスキルアップ(ドリブル・ボールコントロール・パス) ※県U-13(サウス)の課題 ・今後に向けてのポジション別の選手選考 ・選手への声掛け ・DFの意識とそのねらい ※文責: 県トレU-13(サウス) 千葉市立土気南中学校 末田 浩			

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県U-13(ノース)	日時	9 月 23 日 : ~ :
担当	橋本 真(カナリーニョ)	会場	カナフィールド
参加スタッフ			
テーマ	トレーニング		
指導方法			
リフティング ・インステップ ・インサイド ・アウトサイド ※股関節、足首の可動域 ボールタッチ ※股関節、足首の可動域 ※足首、股関節の可動域が広がる事でプレーの幅が広がる (顔が上がる、タッチが柔らかくなるなど) フリードリブル ドリブルゲーム ※フリー、逆足限定 8対8のゲーム ※ボールが持てるか、駆け引きしているか、 絵を描いているか、両足使えるか			
キーファクター			

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県トレU-13(サウス)	日時	10 月 28 日 9 : 00 ~ 14 : 00
担当	小田 正則(習志野第七中学校)	会場	習志野第七中学校
参加スタッフ	県トレサウススタッフ(小田、末田、岡本)、2種ブロック担当スタッフ(上芝、唐沢)		
テーマ	地域交流戦 VS 第5ブロック(クラブ、中体連)、第6ブロック		
指導方法			
TR1 8vs8(10分×4本) 県トレAvsクラブ、中体連、第6ブロック、県トレB 県トレBvsクラブ、中体連、第6ブロック、県トレA TR2 11vs11(20分×4本) ※選手個人の課題 ・個人のスキルアップ(ドリブル・ボールコントロール・パス) ・DFの意識。攻守の切り替え。 ・チームのコミュニケーション不足。 ・ピッチのバランス(ピッチの使い方が狭い) ※県U-13(サウス)の課題 ・今後に向けてのポジション別の選手選考 ・選手への声掛け ・DFの意識とそのねらい 地区トレセンとの交流を通じて、選手たちは、県トレメンバーの一員であるということを再確認することができたと思う。また、地区トレセンのスタッフとの交流を通して、様々な意見を得ることができた。 次回は、初めての県外遠征である。選手の意識、モチベーションを上げて、いい経験ができるように支援していきたいと思う。 ※文責:県トレU-13(サウス) 千葉市立土気南中学校 末田 浩			
キーファクター			

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県U-13(ノース)	日時	10 月 28 日 : ~ :
担当	橋本 真(カナリーニョ)	会場	順天堂大学
参加スタッフ			
テーマ	関東交流戦 vsジェフ		
指導方法			
試合は負けたが、個人個人で面白いプレーが夏のジェフカーニバルよりも増えていた。 DFラインの選手が高い位置でプレーできていたり、中盤のエリアで絵を描いてプレーしていた。 DFラインから簡単にクリアーや簡単に逃げパスをせず意識させているのでDFラインで奪われたり、 中盤で奪われて失点につながるシーンは多くなっている。 しかし、特にこの年代で必要な事なので問題ないと思っている。 問題なのはチャレンジをしなかったり、ミスを恐れて簡単にプレーしたり、大人の目を気にしながらプレーしたりすることではないかと思う。			
キーファクター			

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県U-13(サウス)	日時	11 月 25 日 13 : 00 ~ 15 : 00
担当	小田 正則(習志野第七中学校)	会場	マリノスタウン
参加スタッフ	県トレサウススタッフ(小田、米倉、末田、鈴木)		
テーマ	関東交流戦 VS F・マリノスジュニアユースU13		
指導方法			
* サウストレセンとしては、今回が関東交流戦2戦目となり、チームとしてのまとまりも感じられた。また、メンバー同士の交流も増え、ゲーム中にも声をかけながらプレーする様子が見られた。結果は、1-3で敗退してしまったが、個の力を生かしながら、判断よくプレーすることができていたように感じた。特に、相手選手に囲まれても落ち着いてボールをもち、空いたスペースにパスを出し、チャンスを作るプレーが印象に残っている。一人ひとりのディフェンスの意識も高く、取られたらすぐに取り返す意志が見られた。今後も、攻守の切り替えを意識させ、チームで守り、チームで攻めることを意識させたい。 課題としては、1人で、局面を開くことができるが、2人め、3人めの動きがまだまだちぐはぐであり、フォローの動き、カバーする動きが少なかった。また、ジュニアユースの選手たちのオフのかけ引きとスペースの使い方に対応することができず、再三、ピンチを招いていた。今後は、コミュニケーションを取ながら、ディフェンスのポジショニングを確認させたり、集団でどう相手ディフェンスを崩すかといった「相手とのかけひき」を意識させていきたい。 【選手個人の課題】 ・個人のスキルアップ(早いプレッシャーの中でのボールコントロール、パスコントロール) ・集団のプレー(2人めの動き、3人めの動き) ・攻守の切り替え 【県トレU13(サウス)の課題】 ・選手同士のコミュニケーション ・ゲームコントロール・ゲームスピードの変化 ・今後に向けた選手の選考 ※文責:県トレU13(サウス) 千葉市立土気南中学校 末田 浩			
キーファクター			

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県U-13(ノース)	日時	11 月 25 日	:	~	:
担当	橋本 真(カナリーニョ)	会場				
参加スタッフ						
テーマ	交流戦 7ブロック、8ブロック					
指導方法						
ノーストレセン、7ブロック、8ブロックとの交流戦。 20分をそれぞれ5～6本。 12月の関東交流戦の選考も兼ねての試合。 7ブロックから3名12月の関東交流戦に追加招集。						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県トレU-13(サウス)	日時	12 月 16 日 9 : 00 ~ 14 : 00
担当	小田 正則(習志野第七中学校)	会場	市原市立千種中学校
参加スタッフ	県トレサウススタッフ(小田、末田、岡本、米倉)、2種ブロック担当スタッフ(唐沢)		
テーマ	地域交流戦 VS 第1ブロック、第2ブロック		
指導方法			
TR1 8vs8(10分×4本) 県トレAvs第1ブロック、第2ブロック、県トレB 県トレBvs第1ブロック、第2ブロック、県トレA			
TR2 11vs11(25分×4本)			
※選手個人の課題 ・個人のスキルアップ(ドリブル・ボールコントロール・パス) ・DFの意識。攻守の切り替え。 ・チームのコミュニケーション不足。 ・ピッチのバランス(ピッチの使い方が狭い)			
※県U-13(サウス)の課題 ・今後に向けてのポジション別の選手選考 ・選手への声掛け ・DFの意識とそのねらい			
地区トレセンとの交流を通じて、選手たちは、県トレメンバーの一員であるということを再確認することができたと思う。また、地区トレセンのスタッフとの交流を通して、様々な意見を得ることができた。 今回の活動を最後にサウスとノウスが一つになり、セレクションから落ちるということを選手たちに意識させてトレーニングを行った。それぞれに、モチベーションの高く望んでいると感じる選手と、残念ながら感じられない選手とに分かれたように感じられた。次回以降は、県トレU13としての活動であり、宿泊を兼ねた遠征もあるので、選手、指導者が一丸となって良い結果を残せればと思う。また、バックアップメンバーとのコミュニケーションを積極的に行い、意識を高めながら活動していきたいと思う。			
※文責:県トレU-13(サウス) 千葉市立土気南中学校 末田 浩			
キーファクター			

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県U-13(ノース)	日時	12 月 16 日	:	~	:
担当	橋本 真(カナリーニョ)	会場	神栖市矢田部サッカー場			
参加スタッフ						
テーマ	関東交流戦 vs 茨城トレセン					
指導方法						
0-2 vs 茨城トレセン ブロックから3名吸い上げてのゲームだったが、ボールに積極的にしかかわるプレーが多かった。 「味方をうまく利用する」 利用とはパスを出す事ではなく、かけひきの手段として考えてほしい。 ただ、駆け引きをするにはボールを扱えないとできない。ボールが扱えないと周りの情報も取れない。 ボールが扱えるから駆け引きできる。パスが出せる等。 「見方をうまく使うことを意識しよう」 使うとは、はたっくだけではない、駆け引きの手段として考えてほしい。 ◆ハーフタイム 「せっかくプレッシャーをかけてくれるのだから、もっと考えて『駆け引き』(判断)をすること。」 ◆ゲーム後 「ゲームを通して気づいて・考えてほしい」 体のバランスが成長に伴って崩れている人がいるかもしれないが(クラムジー)それも受け入れて頑張してほしい。 ブロックから吸い上げてきた選手が3名いたが、ボールに積極的にしかかわるプレーが多く、良い印象を持った。						
キーファクター						

2012CFAアカデミー トレーニングメニュー

地区	県U-13(ノース&サウス)	日時	1 月 27 日 : ~ :
担当	橋本 真(カナリーニョ)	会場	日立柏総合グラウンド
参加スタッフ			
テーマ	関東交流戦第5節 vs柏レイソル		
指導方法			
0-2 vs柏レイソル ノースとサウスを合同でチーム編成し、試合を実施。 ノース10名、サウス10名(うちキーパーが3名) 1本目 ノース中心 2本名 サウス中心 3本目 混合 1本目は、レイソル相手でも個人で局面を開くシーンや、個人やチームで崩すシーンが多かった。 2本目は対照的にボールを扱える選手が少なく、守備の時間が多かった。 ボール保持しても自由に扱えないので選択肢も少なく、はめられる場面が多くあった。 ノースの選手が良い、サウスの選手が悪いという事ではなく、大人の基準に違いがあると感じている。		関東交流戦戦にはと県トレセン、Jチームが参加している。勝ったから、負けたから、得点した、失点したが第1ではなく、いかに千葉県選手達に気づかせるかが1番大事なのではないだろうか。特にU-13はそう感じる。各トレセン、Jチームには能力が高い選手や巧い選手がいる。その中で色々な事に選手自身が「もっとこうだな」、「自由に扱えなかった」「あいつうまかった」「逆足つかえたら」等、気づけたら大差で負けても意味のある試合ではないだろうか。	
キーファクター			