

## アイデアサッカーのアイテム

### 創造力あふれ、サッカーを楽しめるプレイヤー 自分で考えてプレーし、サッカーを楽しむ

#### ☆目指すサッカープレイヤー

- ・自分で考え判断できる
- ・アイデア豊富で、駆け引きができる
- ・前向きでサッカーを自分から楽しめる

#### ☆必要パーツ

- 顔があがりよく周りを見ている
- 次のことをいつも考えている
- 基本技術がしっかりしている

#### ☆基本技術

- 左右の正確なキック
- 次のことを考えたワンタッチコントロール(トラップ)
- 受け手のことを考えた丁寧なパス
- 敵に簡単には取られない体を使ったドリブル
- いつでも使えるフェイント3種類

#### ☆判断

ドリブルかパスか

#### ○ドリブル

- いい状態で敵と向かい合えたとき
- スピードに乗って相手に向かえるとき
- 抜けば決定的なチャンスになるとき

#### ○パス

- コントロールが少し甘かったとき
- 体の向きが悪いとき

#### ○パスの距離が短くても

- 小さな隙をついてパスを通す
- ちょっとしたタイミングで裏を通す
- 狭い門を通す
- 詰められても展開する

#### ☆良い習慣(グッドハビット)について

よく見て、判断して実行する。サッカーに置いても日常生活に置いてもできるように心がける。

実行するには・・・正確なボールコントロールが必要である。

判断するには・・・心の余裕とアイデアが必要である。

よく見るには・・・よい視野が必要である。

#### ○ボールコントロール

リフティング・ドリブル・コントロール

#### ○アイデア

自由な発想・コーチング・良い視野・方向と姿勢

### 中学校でプレーするために、小学校のうちに身につけておいてほしいこと！！

☆いつも自分で考えて、何かをやろうとしていること。

☆自分でこつこつと、基本技術を磨くこと。

#### ◎そのためには

- 1 顔を上げて周りをよく見て自分で考えてプレーする。
- 2 左右どちらの足でも正確なサイドキックがけれる。
- 3 ボールをはずませないで正確にトラップし、ゴロでサッカーをする。
- 4 試合中にいつでも使えるフェイントを2種類できるようになる。
- 5 味方を助ける声をいつも出す。(アドバイスや、はげまし)
- 6 リフティングの練習をする。(インステ左右100回以上・ヘッド30回以上・イン右左30回以上)