



オレ・オラスタジアム



2021年 9月号

発行:FC ムサン

http://ole-musashi.com/

パス: musashi634



コーチより

オリンピック開催の夏休み、みんなもテレビで観たかな？9月から一緒にサッカーを楽しもう！

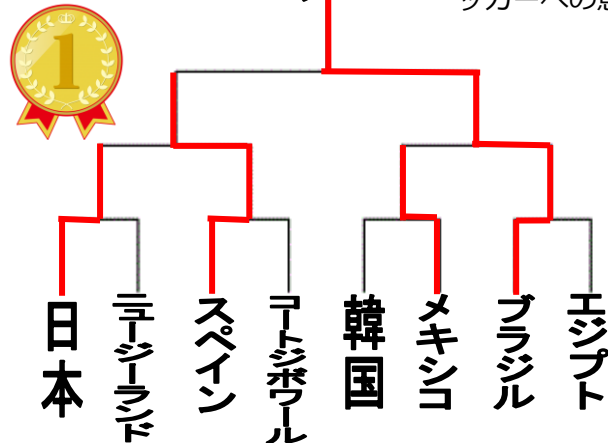
みんなは観たかな？ TOTOは当たったかな？ 東京オリンピック

7月に始まったオリンピックも夏休み中に終わり、パラリンピックが開催されています。皆さんもテレビで観戦して様々な競技やオリンピック新種目の魅力、トップアスリートたちの一流のパフォーマンスの素晴らしさが心に残りましたか。日本はメダル獲得数が過去最多となる58個！！特に過去最多の金メダルを獲得した柔道は、聖地武道館で最後まであきらめない粘り強さを見せてくれました。また、礼から始まって礼で終わる日本の『武士道』に由来する礼儀を通して日本の良さも世界に伝えられたのではないのでしょうか。

新種目・卓球混合ダブルスの金メダルはお互いをカバーし合うコンビネーションが素晴らしいと感じました。男子サッカー決勝はブラジルvsスペイン。世界の伝統的なサッカー強豪国同士の対戦となり、見事ブラジルが2大会連続の金メダルに輝きました。前回のオレオラに掲載したムサシTOTO、コーチによる出場チーム紹介を読んで観戦の楽しさがアップしていたらうれしいです！日本はロンドンオリンピックと並ぶベスト4という結果となりました。惜しくもメダルに手が届きませんでした。オーバーエイジでキャプテンの吉田麻也が中心となり、プレー面だけでなくメンタル面でもチームを統率して良いチームを作り上げ健闘しました。若い世代が次のステップにつながる結果を残してくれと思います。そして東京オリンピックをきっかけに、ムサシの子供たちもサッカーへの意欲や上手になりたいという気持ちが強くなると良いな、と思います。

ムサシTOTOにたくさんのご応募ありがとうございました。優勝国はブラジル！予想が当たったみんな、おめでとう！！優勝国を当てたけりともの中から抽選で30名に練習会場でプレゼントを渡します。

金メダルおめでとう！ブラジル



今回のオリンピックでも様々な競技で技術・身体能力や戦術がほぼ互角でも多少の運やメンタリティー、試合の流れを読む力が勝敗を分けるポイントとなったことも少なくなかったと思います。そしてパフォーマンスだけではなく、トップアスリートたちのパーソナリティーや試合後にお互いを称え合うフェアプレー精神も素晴らしかったです。また、目的意識を持ち5年間取り組んできた過程が重要で、メダルを取った選手はその達成感を、負けてしまった選手たちもその経験を糧として次なる目標にチャレンジしていくのだと思います。子供たちにもプログラムを通してチャレンジし続けることを伝えていきたいと思っています。



指導研修を行いました

6月～7月のスクール休みを利用してコーチたちの指導研修を実施しました。今後の指導に生かしていきたいと思っています。

プレゼンテーション研修

各コーチが子供たちの指導に役立つ内容について調べ、資料を用意して発表

- ・障害スポーツの指導法
- ・自分でできる子に育つほめ方
- ・幼児教育とは
- ・子供をやる気にする方法
- ・幼児期の言葉の発達
- ・優秀な子を育てるために摂らせたい5つの栄養素

各コーチ興味深い内容のテーマを選び、聞く側も有意義な時間となりました。また、制限時間内で相手に伝える難しさも感じ、これからの課題も見つかりました。



フランスプロフェッショナルコーチング論

- ①良いセッションの準備
 - オーガナイズやリズムの良さ（テンポ）、距離感、回数と強度
 - バリエーションの準備（状況や反応で使い分ける）
- ②トレーニングにおけるモチベーション
 - カテゴリーに見合った要求と声掛けの工夫
 - ゲーム性を持たせる（得点を競う、チャンピオンを決める）
- ③ユースコーチの10箇条
 - 一緒になってサッカーの楽しさを伝える
 - 問いかけ、考えさせる声掛けでチャレンジする人間力をはぐくむ

コーチの感想

プレゼンテーション研修では自分がインプットしたものを人にわかりやすく伝える難しさを感じ、伝えようとする中で自分の理解も深まりました。

プロフェッショナルコーチング理論はどのカテゴリーに対しても通用するコーチング理論で、今までもムサシの指導でやってきたこともありましたが、より専門的な指導ポイントの重要性を認識し、全体共有・確認できました。

7月にリーグ戦を行いました

小学生クラスでは7月にリーグ戦を行いました。梅雨の時期になかなか外で思いっきり体を動かすことができなかったため、試合がたくさんできるリーグ戦は子供たちにも好評でした。今回は優勝のほか、アシスト賞を用意。アシスト賞ではチームを勝たせるために相手のことを思ってパスができたか、などのアシストの姿勢を評価するよう努めました。また、アシストはラストパスだけではなくオフザピッチでもできることがたくさんあることを伝えると、子供たちもどんな形のアシストがあるか考えてくれました。オンザピッチではアシストを試合

中にも意識することでシュートにいくか？パスがあるか？判断を伴ったプレーができるようになってきたと思います。今年度のテーマである『アシスト』はだいぶ浸透してきているようですが、今回のリーグ戦でより意識しながらプレーをすることができたのではないのでしょうか。リーグ戦は2学期にも行う予定です。次回も賞状目指して頑張ろう！



Musashi's Autumn Event

Time Trial

小学生クラスは9月から、幼児クラスは10月からタイムトライアルを行います。ジグザグドリブルやジグザグラン、リフティング(ワンバウンドリフティング)を計測しますので自主トレーニングをして記録アップを目指してみませんか？



ムサシでも恒例となったハロウィンサッカーを今年も企画中です。お菓子がもらえるあの言葉、覚えているかな？



2学期スタート！夏休み気分を切り換えよう。

今年も猛暑日が続きましたね。9月になってもまだ暑い日も多く夏の疲れも残り、体調を崩しやすい季節です。体調管理をしっかりして、学校もサッカーも充実した時間にしていきましょう。

ムサシの約束 ～練習時～

- 水分の取り方を工夫しよう。汗をかくと水分と一緒に塩分も失われてしまいます。スポーツドリンクなどで水分と同時に塩分も補給し、熱中症を予防しよう。
- 汗をかいたら着替えを忘れずに。

ムサシの約束 ～家で～

- 練習の後や外から帰った時は手洗いうがいを忘れずに。調子が悪い場合は、無理をせずに休むなど、家庭での体調管理をお願いします。
- スケジュールを確認してください