

MM5サッカースクール四日市 実施報告書

開催日	:	2022	年	6	月	26	日	(日)	曜日
開催会場	:	水沢運動広場							
参加人数	:	1年	32名	2年	71名	3年	49名		
参加指導者数	:	キッズ部 部員5名 +3名							



総括

コロナの影響や、天気が心配されましたが無事開催出来ました。
今回1・2年生は、ボールを蹴る事を楽しんでもらおうと行いました。
低学年は、まだ上手く蹴れないので、マーカーにボールを置いて少し蹴りやすくしました。
ゴールの中のに的を作ったら夢中になって蹴っていました。楽しさの工夫も必要ですね。
3年は、止める・運ぶ・蹴るの要素を入れたシュート練習をグループで考えて行いました。
各グループには、後方からのボールを止め、障害物を避けて運び、シュートという形が入っていて、試合に近い形で出来ていました。
ミニゲームは全学年、真剣勝負が見れて良かったです。トレーニングした事を意識してゲームの中で出そうとしていた選手も見られました。

四日市 MM5 トレーニングメニュー

2022年 6月 26日 (日曜日)

会場：水沢運動広場

対象：1・2年生

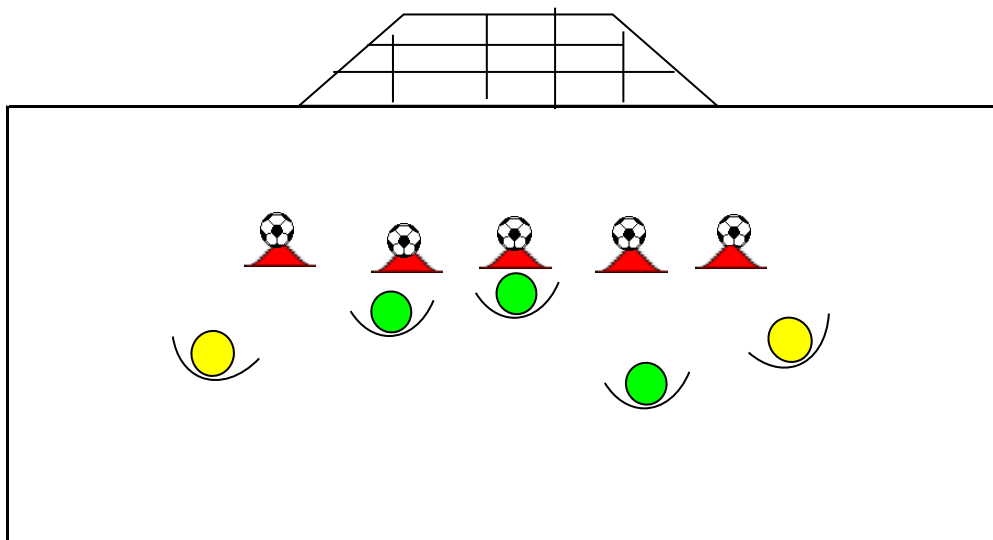
スタッフ：嶋田 蒔田 金澤 古市 中西 浅川 田村 草深

人数：1年 32名 / 2年 71名

TR ①

ティーアップ・シューティング

20 分



- ① マーカーの上にボールを置いてシュートする
- ② ゴールに的を付けて競争する
- ③ 蹴れる子が多ければ地面に置いて蹴る
- ④ 転がってくるボールを蹴る（反動を利用して飛ぶ楽しさを）
- ⑤ その他、楽しみながら出来ることがあればどんどん行う

蹴れる子と、蹴れない子の個人差が大きな年代なので個々に対応が必要になります。

マーカーに乗せたボールは少し蹴りやすいので、インステップに当てる感覚をとれたかと思います。その前段階として、自分で手で投げてインステップに当ててキャッチを繰り返しても行いました。少し蹴れる様になったら、マーカーを外したり、距離を伸ばしたりして難易度を上げていきました。蹴る本数を多くしたいので、ゴール内に的をいくつか作って行くと楽しみながら自然に蹴る本数が増えていきました。楽しみながら出来る工夫が大切ですね。

四日市 MM5 トレーニングメニュー

2022年 6月 26日 (日曜日)

対象：1・2年生

スタッフ：嶋田 蒔田 金澤 古市 中西 浅川 田村 草深

人数：1年 32名 / 2年 71名

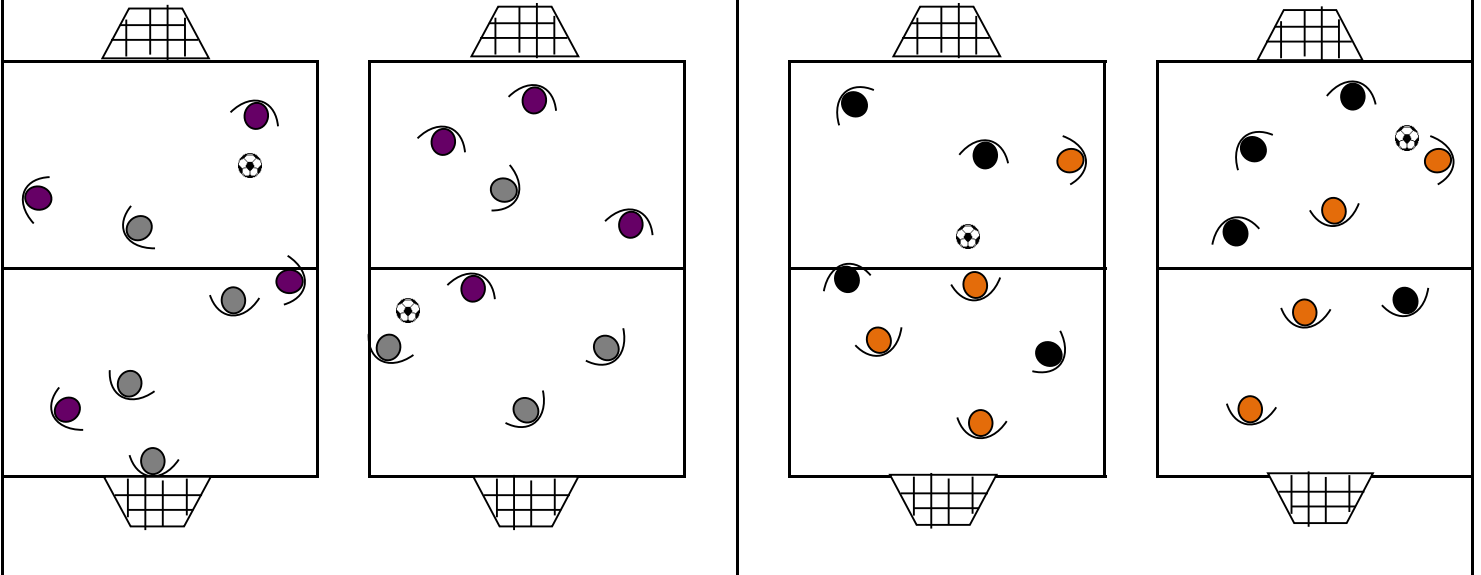
ミニゲーム

4対4~5対5

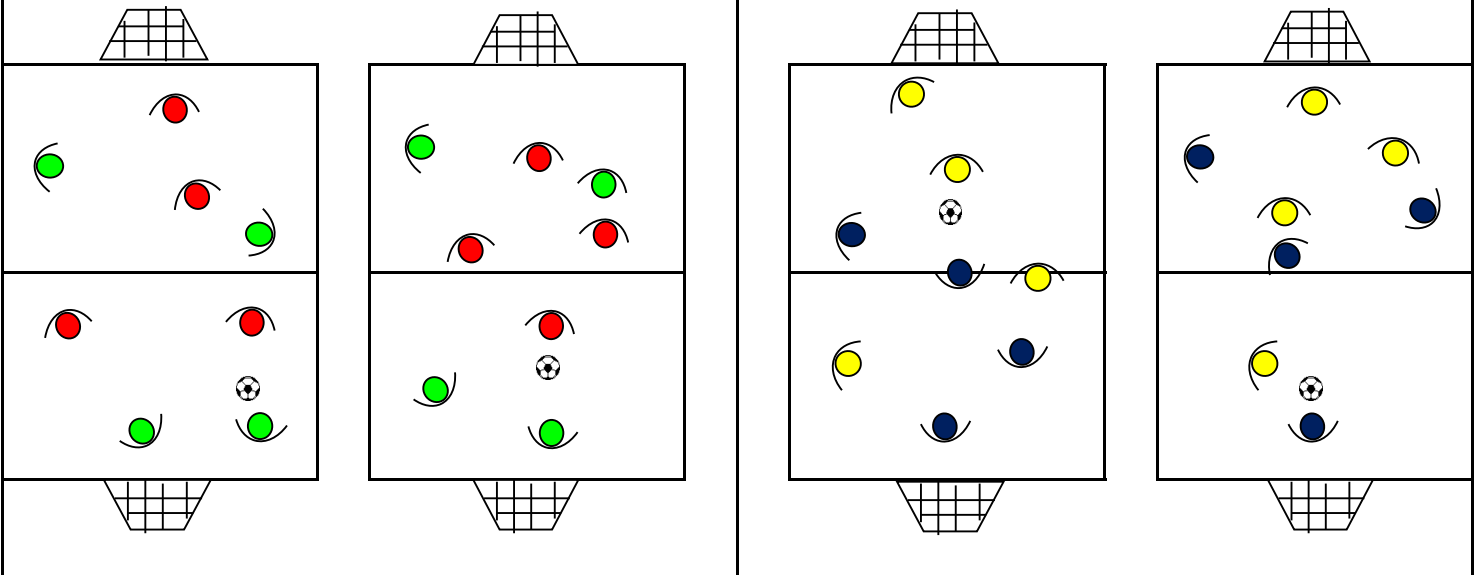
60

分

グループ3



グループ1



今回は8コートが作れたので、たくさんゲームが出来ました。

ゴールが空いていればシュートの意識がある子と無い子はいましたが、判断はどうしてもゴールの近くになっていました。ボールを運びながら見る事が難しく、その辺りは今後のトレーニング課題になりそうです。

普段は一緒にプレーしない子とチームになり、頑張る姿は楽しそうでした。

たくさん、友だち(ライバル)が出来るといいですね。

四日市 MM5 トレーニングメニュー

2022年 6月 26日 (日曜日)

会場：水沢運動広場

対象：3年生

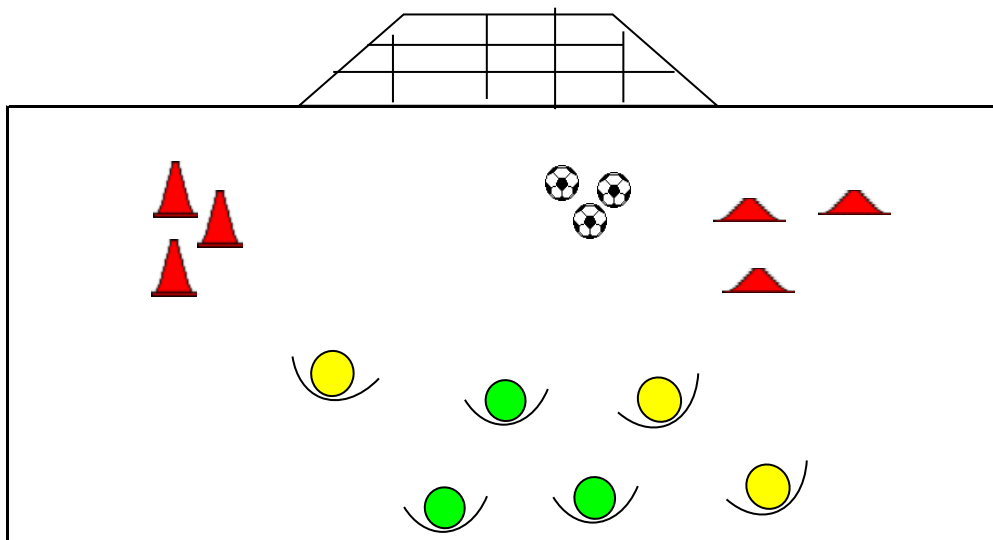
スタッフ：嶋田 蒔田 金澤 古市 中西 浅川 田村 草深

人数：49名

TR ①

シュート

20 分



各グループで、止める、運ぶ、蹴るの要素を含んだシュート練習を行う
楽しみながら、どんどんチャレンジ出来る内容を考える

止める、運ぶ、蹴るの要素を含めた内容で各グループで考えて行いました。

どのグループも、後方から来るボールを身体の向きを考えながらコントロールしてボールを運び、シュートするという形で行っていました。3年生はしっかり蹴れる選手も多くシュート練習は大好きみたいでした。身体の向きを考える部分では、「何を先に見ておいて、どのようにボールを受けるのか等」意識する所を伝えました。上手く出来る時、出来ない時がありますが、やろうとする所に声掛けをしました。

四日市 MM5 トレーニングメニュー

2022年 6月 26日 (日曜日)

会場：水沢運動広場

対象：3年生

スタッフ：嶋田 蒔田 金澤 古市 中西 浅川 田村 草深

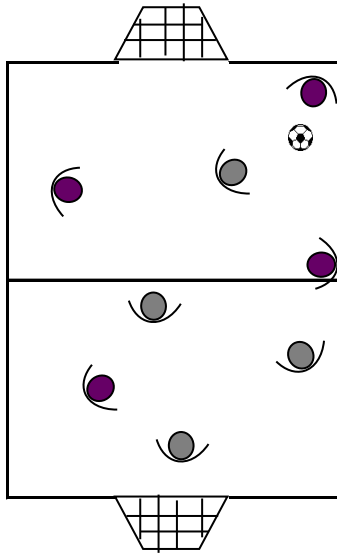
人数：49名

ミニゲーム

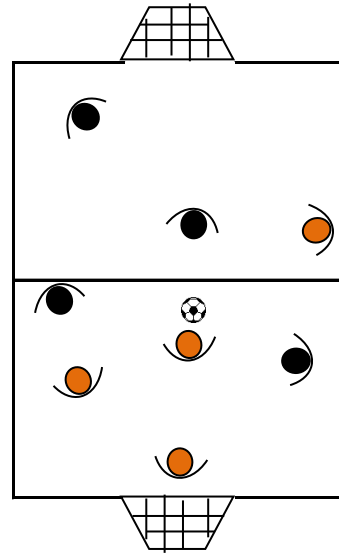
4対4～5対5

60 分

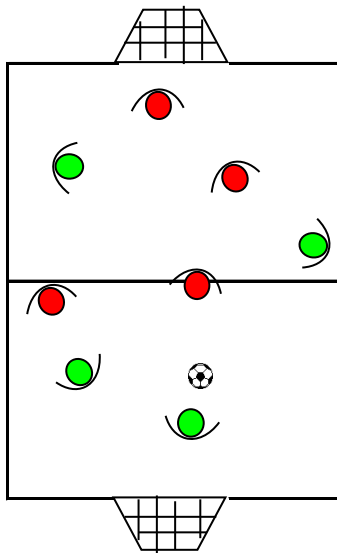
グループ3



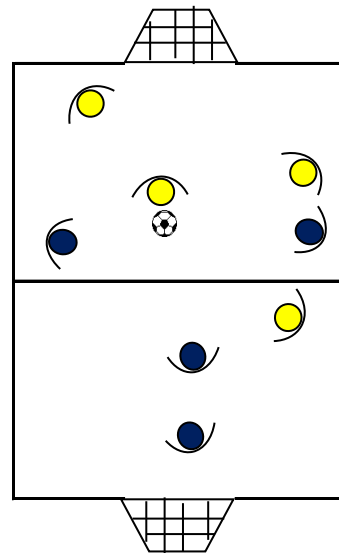
グループ4



グループ1



グループ2



3年生は、シュートの意識が高く、遠目からでもゴールを狙っていました。

低学年では難しかった、ボールを運びながら周りが見れる事が少し出来るようでした。

キックの精度は別にして、シュートを打つタイミングを観察しました。

暑い中でしたが、最後まで諦めない姿が多く見れて良かったです。