

**DO  
YOUR  
BEST!**



心

精神力を強くします

技

個人技術を習得  
させます

体

体幹を鍛えます。

# 心(メンタル面)

- ★メンタル(心)を鍛えます。
- ★メンタルが強くなるには子どもものやる気と自信を持たせること、子どもが失敗を恐れない指導をします。
- ★コミュニケーション能力を高めます。
- ★笑顔、泣き顔、怒り顔、ふさぎ顔、自分のイメージ通りいかないこともあるけど、それを乗り越えた時の達成感や体験は貴重な人生の財産です。



# 技(スキル面)

## ★個人技術の習得

止める(ボールコントロール)、運ぶ(ドリブル)、蹴る(キック)の三要素を確実にできるようにします。

★ただ単にその三要素を習得したのでは意味がありません。そこには判断が伴います。『いつ』『どこに』『なにを』の3Wの判断が伴わなくてはほんとうのスキルを習得したことにはなりません。選手ひとりひとりが自分で判断をできるように指導します。



# 体(フィジカル面)

★身体を鍛えて走れる選手を育てます。

★俊敏性(アジリティー)を向上させ、相手選手をかわしたり、相手選手に追いつかれても俊敏にターンできたりと「素早さ」を習得させます。

現代の環境には子どもたちが自由に遊びまわれる「遊び場」が減少し、体力のない子どもが増えています。

そこで「ラダー」などのトレーニング用具なども活用して体力の向上を図ります。



心(メンタル)、技(テクニック)、体(フィジカル)の3つをバ  
ランスよく身につけなければ、創造力(クリエイティブ)の  
面でたくましい選手にはなりません。

原FCでは、幼、少年期にかけてこの3要素をしっかりと  
身につけさせます。ただし、子どもたちの成長や発達は  
一様ではありません。例えば、「Aくんはサッカーをはじめ  
て間もないのにボールリフティングが100回できるよう  
になっているのに、サッカーをはじめて2年以上経っている  
のにまだ20回しかできない。」などを見てわかるように  
習得する早さも違います。だからと言ってAくんが上手で  
Bくんは下手という解釈は間違いなのです。

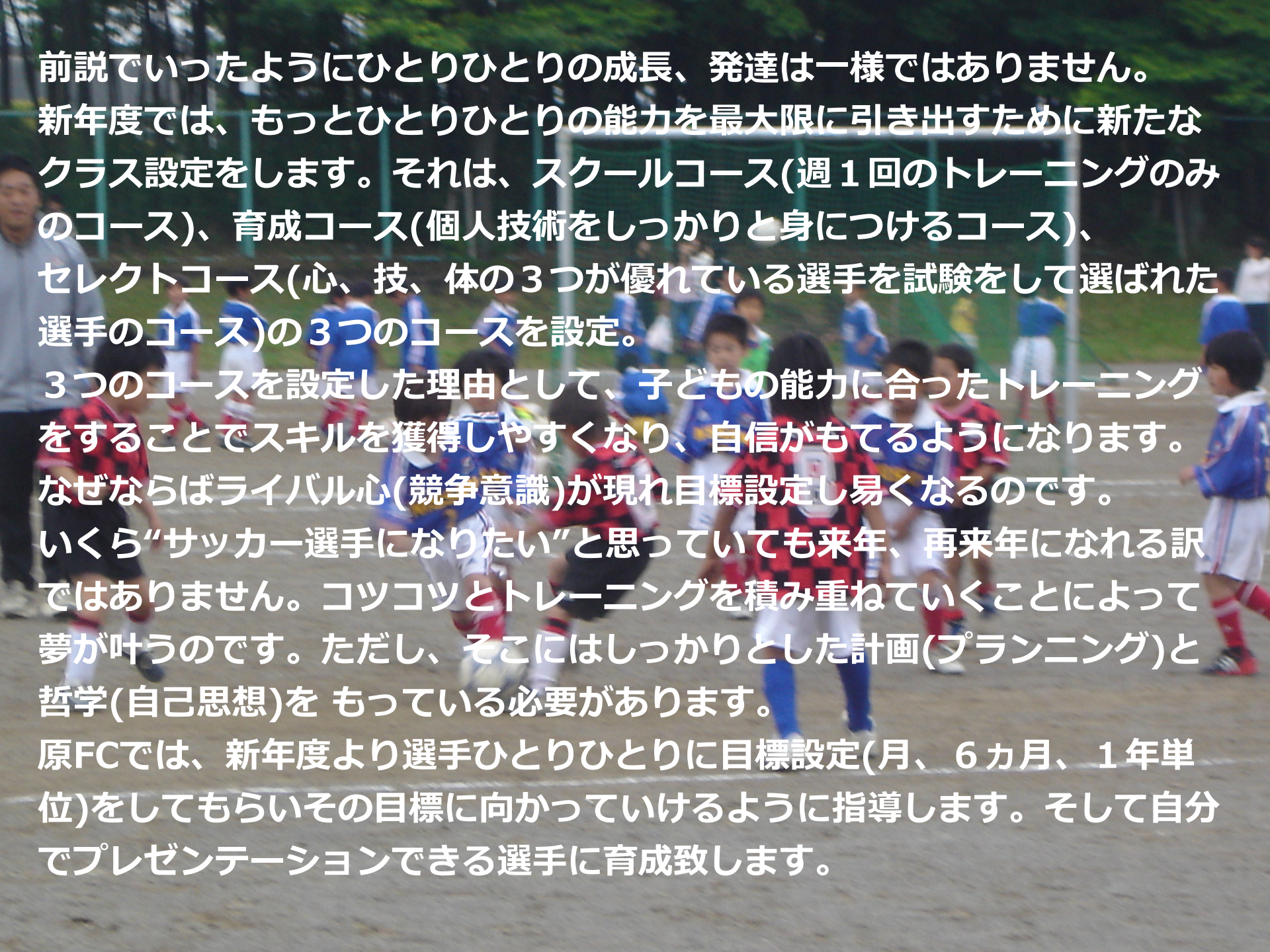


# やる気とは？

## ・外発的動機づけと内発的動機づけ

「やる気」を持って行動し続けるには、行動の元になる「動機づけ」が必要になります。外発的動機づけは、“アメとムチ”を利用して子どものやる気を出させることで、内発的動機づけは、子どもの内面から湧き出るやる気のことです。つまり受動的(人や物などから行動を誘発させる方法)やる気と能動的(自分自身から積極的に行動すること)やる気ということになりますが、子どもに大切なのはこの能動的やる気です。“Do Your Best！ 自分のことは自分です”ということがベースとなり、子どもたちは自分の考え視野を広げて行き成長します。私たち指導者は、こういった事を思考しながら子どもたちに接していきますので、保護者の皆様、安心してお預けください。





前説でいったようにひとりひとりの成長、発達は一樣ではありません。新年度では、もっとひとりひとりの能力を最大限に引き出すために新たなクラス設定をします。それは、スクールコース(週1回のトレーニングのみのコース)、育成コース(個人技術をしっかりと身につけるコース)、セレクトコース(心、技、体の3つが優れている選手を試験をして選ばれた選手のコース)の3つのコースを設定。

3つのコースを設定した理由として、子どもの能力に合ったトレーニングをすることでスキルを獲得しやすくなり、自信がもてるようになります。なぜならばライバル心(競争意識)が現れ目標設定し易くなるのです。いくら“サッカー選手になりたい”と想着いても来年、再来年になれる訳ではありません。コツコツとトレーニングを積み重ねていくことによって夢が叶うのです。ただし、そこにはしっかりとした計画(プランニング)と哲学(自己思想)をもっている必要があります。

原FCでは、新年度より選手ひとりひとりに目標設定(月、6ヵ月、1年単位)をしてもらいその目標に向かっていけるように指導します。そして自分でプレゼンテーションできる選手に育成致します。



























































ご 内



**おたんじょうびおめでとう!**  
すてきな なつやみを すごしてね!!

17が	8が
19:05 かぜ さかりのきん	1:05 2004年12月 17:05 2000年12月
20:05 いちご1 やまきたけし	2:05 2005年12月 18:05 2001年12月
	3:05 1982年 4:05 2002年12月

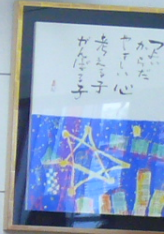














- おわり