

# 葛飾 FC ニュース

VOL18 2004 9月号

ようやく秋らしくなってきましたが、今年は記録的な暑さでした。この猛暑の中、また雨で大会の決行が微妙な中、各種大会が行われ、葛飾 FC の子供達はがんばりました。帯同のコーチやご家族の方、また会場校として大会を運営された皆様お疲れさまでした。

## 【船橋選手権、競馬場長杯結果】

### 船橋選手権

葛飾 A (6年生主体チーム)

2 - 0 vs ゴールジェニウス × 0 - 3 vs 若松  
2 - 2 vs 行田東 B × 1 - 3 vs 法典東  
× 0 - 2 vs ファンタジスタ

葛飾 B (5年生チーム)

0 - 0 vs ヴィヴァイオ × 2 - 5 vs 咲が丘  
× 0 - 2 vs 三山 F C × 0 - 6 vs 夏見  
× 0 - 7 vs 行田東 F C A

### 競馬場長杯

結果 予選リーグ 0勝4敗  
フレンドリーマッチ 0勝1敗 (2試合目は雨天の為、中止)

船橋選手権、競馬場杯と2大会を消化して、子供達には悔しさが残ったようです。

精神面では、失点を恐れて中盤が引いてしまい、終始押されっぱなしになってしまう場面が多く見られました。

ベンチから「前に、前に！」と声をかけると、どのチーム相手でも互角にやれるのに、下がってしまうと受けにまわって失点を重ねる悪循環でした。

技術面では

- 1、トラップが大きい為、相手にすぐとられてしまう
- 2、フェイントが近く、小さい為、かわしきれない

- 3、相手の前でボールをもらう意識が徹底していない
- 4、ドリブルスピードの緩急がまだできていない 等です。

良くなった点は

- 1、自分から仕掛ける、キープしようとするプレーが見られるようになってきた
- 2、コーチングやボールを呼ぶ声が出るようになってきた
- 3、守備の際、一発飛び込みがなくなり相手の動きをよく見られるようになってきた 等です。

今日の試合の後、子供達と話しました。「まだまだやる事はたくさんあるけれど、自覚をもって、集中してやっつけよう！」と。

文末になります。2つの大会で指導、応援を頂いた横堀さん、飯吉さん、5年コーチの皆様、5年のお母様方にこの場を借りて、お礼を申し上げます。ありがとうございました。これからも6年生の指導、アドバイスをお願い致します。

(八木コーチのメールより)

## 【1年～4年 夏季ミニサッカー大会結果】

### 1年生

× 0 8vsジェニウスA × 1 10vs船小ロツソ  
× 1 9vs行田東ホワイト

### 2年生ガイヤ

× 2 4vs行田東ホワイト 4 0vs高根東イタリア  
× 1 2vsイレブンブルー × 1 8vsジェニウス

### 2年生ゼウス

3 2vs北習志野D × 0 1vs小室A  
× 1 16vsイレブンパンサー × 0 1vs田喜野井B

### 2年生アポロ

6 0vs海スポプレミア × 0 6vsイレブンレオ  
3 1vs八木北B × 2 - 3vs高根SC

### 3年生デネブ 準決勝リーグ進出

2 0vs若松FC 5 1vs夏見小年A  
2 2vs法典東FC 0 0vs海神スポーツ

### 準決勝リーグ

× 0 4vs高根東 1 1vs塚田B  
× 1 5vs習台FC風

### 3年生ベガ

× 0 1vsヴィヴァイオD × 0 5vs行田東ローマ  
× 0 4vs芝山東A 4 0vs八木が谷FC

### 3年生アルタイル

× 0 2vs芝山東B 1 1vs八木北B  
× 0 7vs高根東プレート × 0 14vs薬園台A

### 4年生ミラン 準決勝リーグ進出

× 0 9vsイレブンロツソ 4 0vs薬園台AA  
5 3vs若松FC

### 準決勝リーグ

× 0 8vs海神スポーツ × 0 1vs北習志野A  
2 2vs咲が丘

### 4年生リアル

× 1 8vs薬園台AAA 5 1vs海神  
× 1 2vs法典B

横堀コーチの

これさえ解れば

部屋でもできるトレーニング VOL 1

サッカーの楽しさ、素晴らしさについて小生が説明などする必要はないし、誰も聞きたくは無いです。ここでは少し砕けてサッカーの技術について語ります。

サッカーの定義は？と聞かれれば即座に「足でボールを蹴るスポーツ」と応えるのが一般的でしょう。しかしもう一歩考えると「手以外でボールをコントロールするスポーツ」

ともいえます。実際のプレーでは足だけではなく頭(ヘディング)、胸、お腹、腿でボールをコントロールしないと上手く行きません。

子供達を指導して感じるのがこの違いです。ボールを蹴ることしか頭に無いから、お腹の辺りのボールも足を上げて振り回してしまう。そ

の姿は一発必中K1チャンピオンのハイキックか、はたまた鍛錬研鑽の日々を重ねた空手の名手。しかし「エイヤ」の声だけが残りボールは後ろ。振り上げた拳ではなく足を下ろしてベンチに向かって照れ笑い。こんなシーンを随分と見せられました。キミイ～おじさんの溜息が聞こえるか？

確かにサッカーはボールを蹴るから楽しい。

だけど、ボールが蹴れない、いつになってもボールは飛ばない、目の前にあるボールなのに蹴れない。野球の思い切りのいい空振りは時として「打ち気」を感じることもあるが、サッカーの空振りは単純に滑稽でかっこ悪い!!! ファウルチップは投手の投げる球が速いと感心してバッターは話題の対象から外れるけれど、サッカーのチョロ蹴りは蹴った本人を指して「なんだ～あれ???」「アリヤー」となってしまふ。ボールが蹴れないサッカー選手はお笑いの取れない吉本芸人的扱いしか受けない。

チョッと言い過ぎかな～これは、しかし「トホホ」ですこれは本当に！ 然らば、どうしたら蹴れるようになるのだろうか???

そこで、今回はキックの基本についてあれこれ述べます。イントロが長くてスイマセン

しかし、さてよ、現役時代は自他共に認める下手選手「アンタがキックについて語るとはフーテンの寅さんが色恋について語るのと同じでどこかリアリティに欠ける」ごもっともなご指摘と思います。しかし、一度聞いて下さい、試してごらん在れ。

まずはインサイドキック。サッカーでは最もよく使うキックです。

遠くへ飛ばすことはできませんが正確なキックです。

何故正確なのか？足の内踝（くるぶし）で蹴るからです。ここは面積が広い。広い面積でボールの中心を捕えれば球筋が安定します。インサイドキックは踝をボールの中心に当てることです。そのためには、ドースルノ???

簡単、けり足の親指を上に向けるのです。靴の中でこれをやるのです。つま先を上にするでもいいでしょう。わからなければ裸足でやって御覧なさい。

親指を上に向けた状態で足を前に押し出す感じで軽く振ってみて下さい。振る時に力を入れないこと。

振り出した足は踵から地面に付くはずです。

こうすると足首がしっかり固定されていることにも気が付きますよネ。

歯槽膿漏的ぐらぐら足首では正確なキック、強いボールは蹴れません。初心者はどうしても、つま先が下に向きます。これではいいキックはできません。足の親指を上、つま先を上を向くようにして踝を前に押し出す感じです。

いいですか？ それではリズムに乗って、始めますキックエアロビトレーニング ワン、ツー、ワン、ツー、Hi Hi Hi

足の親指上 親指が上 前に押し出す 押し出す 押し出す 前に押し出す Hi Hi Hi

アレー困るナー カメラ目線の笑顔は

お父さんもお母さんも、エアロビクスのお兄さんお姉さんみたいな笑顔はいりませんヨ。特にお父さん、そのパジャマジャージ姿で笑顔は薄気味がわるいです。

アレーお母さん、押入れからレオタードなんか出さないで下さい!!!! 昔は似合ったかも知れませんが……………今はいいです。それにこれはエアロビ風サッカートレーニングですから！ それではもう一度 ワン、ツー、ワン、ツー、Hi Hi Hi

足の親指上 親指が上 前に押し出す 押し出す 押し出す 前に押し出す Hi Hi Hi

次回はインステップキックです。