

2021年4月吉日

4種所属チーム指導者 様  
選手・保護者 様

(一社) 三重県サッカー協会  
技術委員長 片野 典和  
(公 印 省 略)

## 2021年度GKプロジェクト(U12)練習会について

若葉萌えいづる頃 ますます御健勝のこととお喜び申し上げます。

平素より本協会の諸活動に対し、格別の御支援、御協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、今年度においても、三重県内のGK活動の普及、GK選手の発掘、育成及びレベル向上を目的として、次のとおりGKプロジェクトの活動を実施します。

つきましては、参加希望の選手及び保護者各位におかれては、下記の申込方法を参考に申し込みを行っていただきますようお願いいたします。また、4種所属チーム指導者各位におかれては、この旨、所属選手に御案内いただきますよう重ねてお願い申し上げます。

### 記

- 1 名 称 (一社) 三重県サッカー協会GKプロジェクト
- 2 目 的 「良いゴールキーパーになるための土台作り」
  - ・ 集合型で行うことによる選手の発掘及びトレーニング環境の確保
  - ・ GK導入期における基本技術の習得、習慣化
  - ・ 継続的活動によるGK選手の育成
  - ・ 各地区のGKが集まり、互いに競い合う中でのスキル向上
- 3 対 象 各地区のU12(小学6年生)のGK(男女とも募集)  
※ただし、参加にあたり、次の事項を御理解ください。  
 保護者の承諾を得た者(平日夜間の開催であるため)
- 4 開催日程 4月～12月(7、8月除く)  
毎月第3週水曜日:河芸町民の森第2グラウンド  
毎月第4週月曜日:四日市緑地G  
【活動時間】19:00～20:30(21:00解散)  
※別紙1を参照し、希望するトレーニングに参加ができる。(最大12回)  
※トレーニングのテーマが同じ場合、類似した内容を行う。  
※上記の日時、会場を基本とするが変更となる場合がある。  
※四日市の第1回は4月26日(月)に四日市緑地Cピッチで19:00～20:30で行う。  
※5月以降は毎月4日までに一斉メールにて日程のアナウンスと参加希望をとる。
- 5 申込方法 4月18日(日)までに、次の①、②の手続きを、お済ませ下さい。  
①「GKプロジェクト選手登録個票の提出」(※Webにて提出)  
下記のURLまたはQRコードより申し込みフォームにアクセスし、申し込みを行ってください。

【URL】

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdPnbTropvltxe00pgmkdH\\_oBnIPWsd-Iic0nsHr2fy6lYEpQ/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdPnbTropvltxe00pgmkdH_oBnIPWsd-Iic0nsHr2fy6lYEpQ/viewform?usp=sf_link)

【QRコード】



② スポメルにて、連絡先を登録して下さい。(練習会の連絡や変更の連絡等に使用します。)  
\* スポメルの登録方法↓ (必ず、4月18日までに登録をお済ませください。)

- ① [m@spomail.jp](mailto:m@spomail.jp) に空メールを送信します。
- ② 登録用の返信メールが届くので URL をクリックします。
- ③ 「メンバーとして登録する」を選択し、利用規約に同意後、ユーザー情報を入力します。
- ④ チームナンバー「23836」を入力します。
- ⑤ 登録確認用のメールが届くので、記載された会員 No とパスワードを入力しログインします。
- ⑥ ログインしたら、登録完了です。

- 6 参加費 登録料 5,000 円と 1 回のトレーニングに参加につき 500 円
- 7 指導者 三重県サッカー協会 GK プロジェクトスタッフ、ナショナルトレセンコーチ
- 8 持ち物 サッカー用具一式、ボール、登録料 5,000 円(初回のみ)、参加費 500 円、水分  
※ボールの空気圧が十分か、各自、必ず確認してきてください。
- 9 その他 (1) 参加選手は、スポーツ安全保険に加入します。  
(2) 途中からの参加も可能です。その場合は事務局まで御連絡ください。  
(3) 津、四日市の両方の練習に参加することも可能ですが、1 回につき 500 円が必要です。  
(4) 悪天候等の場合は、当日 17 時までに実施に関する一斉メールを送信します。  
(5) 新型コロナウイルス感染症防止対策として、練習会の前日に Web にて健康チェックシートに記入し、送信してください (詳細はスポメルにて連絡をします)。  
なお、別紙 2 での提出でも可とします。  
(6) 今後、新型コロナウイルス感染状況により、変更があることを御了承ください。

**【連絡・通知先】**

三重県サッカー協会  
GK プロジェクト事務局  
牛久祥聡

Email : [miegkproject@yahoo.co.jp](mailto:miegkproject@yahoo.co.jp)

連絡先 : 090-6089-7362

## 2021年度(一社)三重県サッカー協会 GK プロジェクト Jr 練習会年間計画

回	河芸町民の森第2G	四日市緑地グラウンド	備考
4月		基本姿勢&キャッチング (4月26日四日市緑地Cピッチ)	19:00~20:30
5月	基本姿勢&キャッチング	ディストリビューション (オーバーアームスローなど)	19:00~20:30
6月	キャッチング&ステップング	ローリングダウン&ダイビング	19:00~20:30
9月	ステップング&ローリング	シュートストップ	19:00~20:30
10月	シュートストップ	フロントダイビング	19:00~20:30
11月	フロントダイビング	ブロッキング	19:00~20:30
12月	ブロッキング		19:00~20:30

- ① ナショナルトレセンコーチによる指導が数回を予定しています。(変更有)  
 ②雨天の場合は中止になる可能性があります。  
 ③中止や変更がある場合は、メールにて連絡します。

**健康チェックシート** Player 用



大会名：		一般社団法人三重県サッカー協会
会場：		

- 〔目的〕 \* 安心・安全な活動再開に向け、関わるすべての人々の健康に留意する。
- \* 新型コロナウイルス感染拡大防止のため。
  - \* 安全で正しく活動できるよう、自らの健康状態を把握する。
  - \* 陽性者等に対する、偏見や差別禁止の明確化。
  - \* 仲間と楽しい時間を共有する。

**〔新しい生活様式〕 感染防止の 3つの基本**

- 1) 身体的距離の確保：人との距離は、できるだけ 2 m（最低 1 m）空けましょう！
  - 2) マスクの着用：スポーツ・運動時以外はマスクを着用しましょう！試合中のベンチでもしっかり！
  - 3) 手指消毒：手洗いは30秒程度かけ、石鹸と流水で丁寧に洗いましょう（不可能な場合はアルコール消毒で）
- \* 毎日に健康観察が大切です。活動前には、体温を測り、体調のチェックをしましょう！
- \* 大会参加の場合は、当日、指導者に提出してください

チーム名		代表者名	
		連絡先	
名前		生年月日	(西暦)
		電話番号	
住所	〒		

<大会当日までの体温>：大会当日を含めて 2 週間を記入してください

月日	/	/	/	/	/	/	/
体温/起床時	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C
月日	/	/	/	/	/	/	/
体温/起床時	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C

<大会前 2 週間における健康状態> \* 該当する者に「レ」を記入してください。

- |  |  |
|--|--|
| ①平熱を超える発熱がない   |  |
| ②咳・のどの痛みなどの 風邪の症状がない   |  |
| ③だるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難）がない                                      |  |
| ④嗅覚や味覚の異常がない   |  |
| ⑤体が重く感じる、疲れやすい等がない   |  |
| ⑥新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触がない                                |  |
| ⑦同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいない                                     |  |
| ⑧過去14日以内に政府からの入国制限、入国後の観察期間が必要とされている国、地域への渡航又は当該在住者との濃厚接触がない |  |
| ⑨その他、気になること（以下に自由記載）   |  |

(大会参加者が未成年の場合) 保護者確認欄

保護者氏名	電話番号	
	e-mail	
	確認日	(西暦)

- |  |  |
|--|--|
| <p><b>【必ず守って欲しいこと！】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 体調不良時の参加は絶対に避けましょう。</li> <li>* 参加前、終了後の手洗い・うがいは必ず行うこと。</li> <li>* 活動中、スクイズボトルの供用、ビブスの供用はしないこと。</li> <li>* トレーニング中の体調の異変は、指導者に必ず申し出ること。</li> </ul> | <p><b>【約束です！】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◎虚偽申告はしないこと！</li> <li>◎指導者は必ず大会参加に際し本用紙を主催者に提出すること</li> <li>◎主催者は大会終了2週間保管</li> </ul> |
|--|--|

# GKプロジェクト指導指針

## <目的>

日本サッカー協会及び三重県サッカー協会の指導指針に基づき、ジュニアからユース世代の一貫指導を行い、「良いゴールキーパーになるための土台」作りを図り、将来、東海更には日本を代表し、活躍出来る選手の育成を目指すと共に、県内のネットワークの確立、並びに指導者の資質向上を目的とする。

## <テーマ>

### 「良いゴールキーパーになるための土台作り」

- 1) 基本技術の習得・確認・習慣化
  - ・ GKとしての基本技術（基本姿勢、移動方法、ポジショニング、ダイビング等）のスキルアップ
  - ・ F Pとしての基本技術（止める、蹴る等）のスキルアップ
- 2) 「観て、判断して、行動する」の導入から追求
  - ・ ボール、味方、相手、スペースの状況を観て判断、決断、行動
- 3) チャレンジ
  - ・ 失敗を恐れず、チャレンジし続ける気持ちと行動
- 4) 自己管理
  - ・ あいさつ、ルールを守る、食事、自分の物・共用物の管理
- 5) 自覚
  - ・ 三重県の選手としての自覚と誇りを持ち「文武両道」を実践
  - ・ サッカーの出来る環境に喜びを感じ、周りの人たちに感謝の気持ちを持つ