

2025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 )

## 2025年度GKプロジェクト(U12)練習会について

時下 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、保護者の承諾を得る (平日夜間の開催であるため)
- 4 開催日程** 5月～10月 (7、8月除く)  
毎月第3週水曜日 : スポーツの杜鈴鹿第3G (初回 : 5月21日 (水))  
毎月第4週月曜日 : 四日市市中央フットボール場 (初回 : 6月16日 (月))  
毎月第3週月曜日 : 城山多目的グラウンド (初回 : 5月19日 (月))  
9・10月 : 伊勢FVで2回開催予定  
【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)  
※毎月4日までに一斉メールにて当月の日程のアナウンスと参加希望をとる。  
※上記の日時、会場を基本とするが会場の関係で変更となる場合がある。
- 5 申込方法** 4月27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-IIc0nsHr2fv61YEpQ/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdPnbTropvltxe00pgmkdH_oBnIPWSd-IIc0nsHr2fv61YEpQ/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28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6,000円（初回のみ）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、JFAコーチ
- 8 持ち物            サッカー用具一式、ボール、登録料6,000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) 全会場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16時頃までに実施に関する一斉メールを送信します。  
      ※天候の関係で16時を超える場合もあります。天候がはっきりしない場合は  
      メールを細かく確認をしてください。

**【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

2025年度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	スポーツの杜鈴鹿	四日市中央 フットボール場	城山多目的 グラウンド	南勢会場
5月	基本姿勢 キャッチング		ステップング	
6月	シュートストップ	シュートストップ (アングルプレー)	パス&サポート	
9月	クロス (プルバック)	シュートストップ (中央からサイドへのボール移動への対応)		シュートストップ(仮)
10月	クロス (ジャンプキャッチ)	シュートストップ (サイドから中央へのボール移動への対応)		ディストリビューション (仮)
		シュートストップ (DFとの連携)		

- 1 JFAコーチによる指導を数回予定しています。(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。
- 4 トレーニングのテーマについては変更の可能性があります。ご了承ください

# 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
  - ・ FP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