

2026年1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(U11/10)の活動について

初春の候、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では、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します。また、4種所属チーム指導者各位におかれでは、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U11(小学5年生)及びU10(小学4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 第1回 3月4日(水) 三重交通Gスポーツの杜鈴鹿 第3G
第2回 3月11日(水) 三重交通Gスポーツの杜鈴鹿 第3G
第3回 3月18日(水) 三重交通Gスポーツの杜鈴鹿 第3G
予備日 3月25日(水) 三重交通Gスポーツの杜鈴鹿 第3G
【活動時間】19:00~20:45(21:00解散)
- 5 申込方法 2月15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/1FAIpQLSfNrKcCs1N3FNnPcvBmqkR7WhWpJHAXUWCjY830pIctVC2qKw/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。

* スポメルの登録方法↓（必ず、2月15日（日）までに登録をお済ませください。）

- ① 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 4,000 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（1個）・登録料 4,000 円(初回のみ)、参加費 500 円
※ボールの空気圧が十分か、各自、必ず確認してください。

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) 悪天候等の場合は、当日 16 時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 祥聰

Email : 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 U11/10 練習会計画

別紙1

回	テーマ	備考
3月4日(水)	基本姿勢＆キャッチング	19:00～20:45
3月11日(水)	キャッチング＆ステッピング	19:00～20:45
3月18日(水)	ローリングダウン	19:00～20:45
3月25日(水) (予備日)		19:00～20:45

- 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。

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