



fc belle terre junior youth

2020年度**新**中学1年生 対象

FCベルテールでサッカーがしたい選手のために
セレクションは行いません。入会意志がある選手は誰でも入会できます

**体験練習会
実施中**

毎週金曜日
通常練習体験

入会条件は入会を希望している選手で練習会に2回以上参加した選手とします。募集は定員になり次第、終了させていただきます。ご希望の方はお早めにご参加ください。



**選
手
募
集**

全ての選手に可能性がある

可能性がない選手なんていません。しかし、自分の可能性に気付いていない選手が多いです。過去の経験や体験から、「自分はこんなもんだ。」「自分には無理。」といった間違っただ思い込みを持ち、自分で限界を作ってしまったのです。自分の可能性に気付くことは成長するうえで大切なことです。自分の可能性に気付くと夢や目標が見つかります。夢や目標を持ち、自分でやると決めることで選手は大きく成長します。ベルテールはまず大人が選手の可能性を信じ、選手たちが夢や目標に挑戦できる環境をつくります。

【練習会】

会場：実践学園高尾総合グラウンド
日時：毎週金曜日 17:45~19:45
※日程はホームページをご覧ください。
定員：各回20名
内容：FCベルテール1年生の通常トレーニングに参加。

【申込】

ホームページ「お問い合わせフォーム」よりお申込みください。

URL：<https://belleterre.jimdo.com/>

【問合せ先】

FCベルテール事務局（運営法人）一般社団法人チャイルドライフ

TEL：042-657-2110 担当：和仁（わに）携帯070-2175-0007メール：fc.belleterre@childlife.gr.jp



会場：実践学戦高尾総合グラウンド

FCベルテールジュニアユースの特徴



指導方針

個人技術を高め、次カテゴリーで活躍できる選手を育成

個人技術が高めていく事に最も拘りをもって指導します。ボールコントロールやタッチの質が高まると周囲の状況を観られるようになり、試合中の判断の質も向上していきます。ジュニアユース年代が技術習得に適した最終段階の年代と考え、ユース年代以降でより活躍できる選手を育成します。

ボールを奪いにいくアグレッシブな守備

個人がボールを奪えるスキルを身に着けます。また、球際での強さを徹底的に鍛えます。個人から組織と積み上げをしていき、アグレッシブにボールを奪うことができるチームを目指します。

攻撃から守備の切り替えを速くし、ボールを奪い返す

ボールを奪われたら即座に奪い返すために切り替えの速さを徹底的に鍛えます。



夢・目標達成

具体的な目標設定

毎月1回、個人評価シート（数値化された50項目の評価、サッカーの通知表）をもとに現状を見つめ直し、目標設定する機会を設けています。個人評価シートは具体的な目標を立てるためのツールとなります。闇雲に頑張るだけでは成果が出にくく、目的意識をもって練習に臨むことが重要なのです。

目標設定シート

夢(ビジョン)を描き、『どんな自分になりたいか』がなければ目標も決められません。目標は夢への道しるべのようなものです。目標は具体的で現実可能な目標を立てる事が重要です。短期目標は身近な目標で達成可能なものにすることが大切です。「小さな成功」の積み重ねは選手が向上心を持ち続ける事に繋がります。



プロフィジカルコーチによるフィジカル指導

FUJITレ

2019年度より、GrandLifeと提携。藤田氏(理学療法士)が専属トレーナーとして就任致しました。毎週火曜日に藤田氏によるサッカーに必要な身体操作能力や怪我をしにくい身体作りをコンセプトにトレーニングを行っております。怪我人のリハビリから復帰までの計画等も行っています。

身体操作能力を高めパフォーマンス向上

身体操作能力は身体を自由自在に動かせること。サッカーでは、身体を硬める部分と緩める部分の変換をスムーズに行うことや、状況に応じて変化させることが無意識に行えるようにトレーニングします。

怪我をしにくい体作り

一部分の間接・筋肉に負担をかけないこと！例えば、膝を怪我しがちな選手は、負担を膝でしか受けることが出来ない状況が続いた結果、膝の怪我が繰り返し発症してしまいます。その他の、足部や股関節、上半身といった部位で膝にかかる負担を減らせることが出来れば、怪我をしにくい身体ができます。

文武両道塾

サッカーと勉強の両立を実現したい君に



文武両道を目指す

文武両道を目指す選手をサポート

ベルテールでは選手が勉強もサッカーも全力で取り組める環境を整えたいと考え、学習プラザめじろ台様に依頼をし、【文武両道塾】を2016年に開講いたしました。練習のスケジュールと連動した塾のスケジュールを組むことができます。勉強もサッカーも計画的・継続的に取り組むことが文武両道の実現とつながると考えています。また、1年生は每学期末に勉強会も対応していただいています。

文武両道を達成するためには？

勉強もサッカーも継続して取り組んでいくことです。一日の中で練習に行く前に少し勉強し、帰宅後も少し勉強をする等、計画的に取り組むことが重要となります。このような取り組みを続けることで、習慣となり、本人の力となっていきます。中学年代でこのような習慣が身につけていけば、高校受験やその後の学生生活でも勉強とサッカーの両立で苦勞することが減ります。