

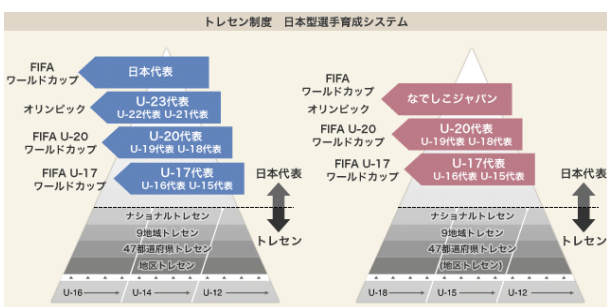
1. ご挨拶

稲城市サッカー連盟少年部 部長 吉村俊夫(よしむらとしお)
 稲城トレーニングシステム トレーニングマネージャー 内山崇(うちやまたかし)

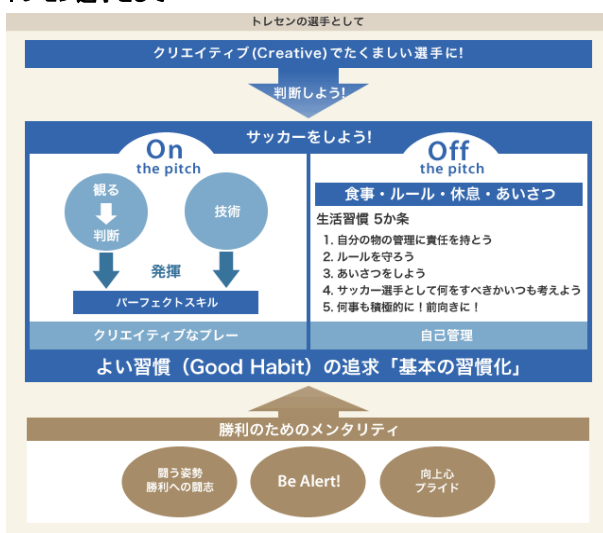
◆トレセン制度とは

概要

日本のユース育成の中心的役割を果たしているのが「トレセン制度:ナショナルトレーニングセンター制度」です。
 「日本サッカーの強化、発展のため、将来日本代表選手となる優秀な素材を発掘し、良い環境、良い指導を与えること」を目的に始まったこの制度は、男子ではすでに25年を経て(女子は2005年度より本格的整備が開始)、さまざまな変革を行いながら、組織的にも活動内容においても充実したものとなり、トレセンを経験した選手から各年代の日本代表選手の多くが選出されるようになりました。



トレセン選手として



トレセンでは、チーム強化ではなく、あくまでも「個」を高めることが目標です。世界で闘うためには、やはり「個」をもっともっと高めていかなくてはなりません。レベルの高い「個」が自分のチームで楽にプレーができてしまって、ぬるま湯のような環境の中で刺激なく悪い習慣をつけてしまうことを避けるために、レベルの高い「個」同士を集めて、良い環境、良い指導を与えること、レベルの高い者同士が互いに刺激となる状況をつくるのがトレセンの目的です。テクニクやフィジカルの面から、その「個」のレベルに合ったトレーニング環境を提供することは、育成年代において非常に重要な考え方です。

※上記は日本サッカー協会webサイトから抜粋して掲載しています
http://www.jfa.or.jp/training/training_center/index.html

東京都トレセン【U12】 第7地域トレセン【U12】【U11】 東京第11ブロックトレセン【U12】【U11】【U10】

稲城市(東京ヴェルディr.含む)は多摩市・町田市を合わせて第11ブロックを構成しており、更に、狛江市を加えて第7地域を構成しています。それぞれのセレクションに合格した選手は11ブロックトレセンで40名弱の、第7地域トレセンで40名弱の、東京都トレセンでは80名弱の中で、年間に月1回のペースで活動が行われています。

上記の活動選手の中から、下記の大会に選手を派遣しております。

TOMAS CUP(東京都選抜少年サッカー大会)【U12】(16B含む)、東京都選抜5年生大会【U11】(16B含む)、キッズエリートプログラム東京

2. 稲トレの目的

稲城トレーニングシステム(略称:稲トレ)【U12】【U11】【U10】

トレセン制度(選手育成システム)の稲城市版です。稲トレは、U-10(4年生以下)とU-11(5年生以下)とU-12(6年生以下)の3つのカテゴリがあります。U12,U11は各チームから推薦された選手にて毎年3月(もしくはその前後)にセレクション(選考会)を実施の上30名前後を選抜し、U10は各チームから推薦された24名前後の選手により、毎月1~2回のトレーニング、トレーニングマッチ(練習試合)を行っております。稲トレで活動する事で、高いレベルの選手とのトレーニングを行うことにより、選手「個」の更なるレベルアップが期待されます。また、稲城市内の他チームの選手との交流の場としても非常に大きな役割があります。稲トレでの活動で習得した技術や練習方法、人間形成を自チームに持ち帰って伝えることも目的にしております。

2016年度より、他地域の選抜招待大会への派遣は稲城セレクトU12(稲トレ内で選抜した選手)で参加を致します。

稲トレの活動内容については、以下のHPに掲載しています。

<http://ifa.tokyo/trcen>

3. 目的のために

●トレーニングを行います

トレーニング種別	場所	曜日	時間	カテゴリ	頻度	期間
ナイトトレーニング	ふれんど平尾	木	19:00～21:00	U12	1回/月	4月～3月
				U11	1回/月	
				GK	2回/月	
デイトトレーニング	南多摩G等	土、日	予約状況により時間帯が異なります	U10,11,12	随時	

※U12、U11、U10は日を分けてトレーニングします。状況に応じて合同でトレーニングを行う場合があります。

※U10はハトマーク終了後から開始します。

※GKは常時U12,U11合同でトレーニングします。U10ではGKを選出しません。

※トレーニングは毎回、トレーニングメニューを立て、カテゴリ別に約120分のトレーニングを行います。

●試合を行います

招待大会への参加	毎年、昭島、立川、日野、多摩、町田、調布、小平各市の選抜招待大会へ参加しています。 稲城市においても稲城市サッカー連盟少年部主催による、稲城市選抜招待サッカー大会を毎年開催しています。
トレーニングマッチ (練習試合)	近隣市区町村の選抜チーム、ジュニアチームとのトレーニングマッチを行います。

■2016年度のトレーニング実績

日付	カテ	種
4月14日	U11	ナ
4月16日	U12	ナ
4月16日	U11	ナ
5月12日	U12	ナ
5月14日	U11	ナ
5月14日	U12	ナ
5月19日	U11	ナ
6月9日	U11	ナ
6月23日	U12	ナ
6月25日	U10	デ
7月7日	U11	ナ
7月23日	U10	デ
7月23日	U11	デ
8月4日	U11	ナ
8月4日	U12	ナ
9月15日	U11	ナ
9月17日	U10	デ
9月17日	U11	デ
10月6日	U11	ナ
10月13日	U12	ナ

日付	カテ	種
10月15日	U10	デ
10月15日	U11	デ
10月27日	U12	ナ
11月17日	U12	ナ
12月8日	U11	ナ
12月17日	U10	デ
12月22日	U12	ナ
1月5日	U12	ナ
1月12日	U11	ナ
1月21日	U10	デ
1月21日	U12	ナ
2月16日	U12	ナ
2月18日	U10	デ
2月18日	U12	デ
3月9日	U12	ナ
3月16日	U11	ナ
3月18日	U10	デ

■2016年度の試合実績

日付	カテ	大会名	場所
5月5日	U12	青葉区選抜招待大会	谷本公園
7月30日	U12	磯子区選抜TM	長浜公園SC場
8月6日	U11	日野市招待サマーカップ	浅川グランド
8月11日	U11	青葉区選抜TM	長坂谷公園SC場
8月13・14日	U12	昭島市選抜招待少年サッカー大会	昭和公園陸競場
10月22日	U10	日野4年招待大会	日野市浅川G
10月29日	U12	多摩市選抜TM	ふれんど平尾
11月10日	U11	高津区選抜TM	ふれんど平尾
11月23・12月3日	U12	小平市選抜招待大会	小川西G
12月15日	U12	高津区選抜TM	ふれんど平尾
12月24・25日	U11	町田JFCストライカー杯	府中少年SC場
1月9・14日	U12	調布選抜招待大会	調布市関東村
1月26日	U11	多摩市市選抜TM	ふれんど平尾
1月28・29日	U12	日野市選抜招待大会	日野市浅川G
2月2日	U11	日野市選抜TM	ふれんど平尾
2月5日	U11	狛江市選抜TM	狛江市民G
2月11・12日	U11	多摩市招待5年生サッカー大会	南豊ヶ丘F
2月23日	U12	国分寺市選抜TM	国分寺第一中
3月11・12日	U12	多摩市招待少年・少女サッカー大会	北貝取小
3月18・19日	U11	町田招待選抜少年サッカー大会	町田陸競場

4. スタッフの体制について

スタッフ一覧		
所属	氏名	資格
青葉FC	小作祐史 おざくゆうじ	C
稲城SSS	石原建 いしはらたける	D
	本間正一 ほんままさかず	C・GKC
FC平尾	喜田寿一 きだとしかず	C
坂浜SC	瀬尾 充弘 せおみちひろ	D
ARTE SSIはなぶさ	未定	
長峰FC	渡辺 克己 わたなべかつみ	D
プログレッシブTCF	内山崇 うちやまたかし	C
南山EFC	長田公秀 おさだきみひで	C・K
梨花FC	高延勇一 こうのべゆういち	C
若葉台FC	佐藤格史 さとうのりふみ	C・K
	大石宜伸 おおいしよしのお	C
	伊藤隆 いたうたかし	C・K
フリー	高延大河 こうのべたいが	-

※C=JFA公認C級コーチ、D=同D級コーチ、GKC=同GKC級コーチ
K=同キッズリーダー

稲城トレーニングシステム	
トレーニングマネージャー	内山崇

運営委員会	
委員長	喜田寿一
実行委員	長田公秀
	伊藤隆

技術委員会		
委員長	佐藤格史	
ヘッドコーチ	内山崇	
	チーフコーチ	サブコーチ
U12	高延勇一	石原建、瀬尾充弘
U11	大石宜伸	小作祐史、渡辺克己
U10	伊藤隆	長田公秀、喜田寿一
GK	高延大河	本間正一

5. ウェア、用具について

●以下のものをご用意願います

ピブス	トレセンから貸与予定
白パンツ	各自でご用意ください。
白ストッキング線なし	
赤ストッキング線なし	
シンガード	既存のものをお使いください。
ボール(4号球)	

※パンツ、ストッキングはマークやワンポイントが無いものをご用意ください

①トレーニング時

特に指定はありません。上記で購入したものや既存のものを着用ください。ピブスの着用は必須です。忘れると参加できません。

②試合時

稲城セレクトU12では赤色長袖、白色長袖、赤色半袖、白色半袖のユニフォーム(上着)とGK用緑色、黄色の上下・ストッキングを保有していて、試合の都度貸与しています。使用後は洗濯の後、返却ください。白パンツ、白ストッキング、赤ストッキングは毎試合必要となります。ユニフォームの回収は一括して行いますのでスタッフの指示に従ってください。

6. スポーツ保険について

- スポーツ保険の加入について
別途説明致します。

7. 運営費用について

- ①稲城市サッカー連盟や少年部からの補助金
別途説明致します。
- ②選手個人からのご負担
年度開始前に徴収させていただきます。
ご負担金の内訳は以下の通り

	U12	U11	U10
ナイター費	500円	500円	-
雑費	500円	500円	500円
合計	1,000円	1,000円	500円

8. 運営ご協力をお願い

●保護者ネットワーク

保護者ネットワークの構築をお願いします。
各チームの保護者代表の選出と、代表保護者の中からの代表も選出ください。

●連絡網、稲トレ情報について

メールによる情報配信を行っております。
メーリングリストの登録にご協力ください。
※前年度に登録済みの方は対応不要です
※基本的には迷惑メール設定は解除ください

- 登録先アドレス toroku@if.a.tokyo
本文に学年、氏名、誰のアドレスかを
入力してお送りください。

例 6年 山田 太郎
母携帯



9. 卒業後の進路

●2016年度稲城トレセン卒業生のサッカー進路

FCグロリア	6人
FC多摩	1人
FC府中	2人
コンフィアール町田	1人
GAFC	1人
スフィーダ世田谷	1人
調布FC	2人
ノジマステラ	1人
プログレッシブTCF	3人
中学校サッカー一部	9人
未定	4人

合計 31人 ※クラブチームは50音順