



2022 VITA サッカーアカデミー ガイドブック

名前の意味・由来

VITA(ヴィータ)とはラテン語で「人生」という意味です。

アカデミーを運営する株式会社 Sports Vita(スポーツ ヴィータ)からつけられました。

サッカーを通じて、自分自身の人生を豊かにしてほしいという願いが込められています。アカデミーでは、自分の夢や目標に近づけるように、そして、サッカーを通じて生涯の仲間を作り、自分の人生を幸せに生きてほしいという想いを込めて命名しました。

アカデミーの目的

サッカーを通じて、自分自身で考え、判断し、責任を持って行動できる自立した人間の育成

コンセプト

試合で生きるスキルをとことん磨く！



VITA サッカーアカデミーとは

サッカーが上手い選手とは？

ジュニア年代の多くのチームでは、コーンを並べてのドリブル練習や相手がない状況での技術練習に多くの時間を使います。結果、ボール扱いは上達しますが、その技術を試合の中でいつ・どのように使うのかを理解している選手は多くいません。では、どのような練習を行うと、試合で生きるスキルを身につけることができるのでしょうか。

サッカーの試合では、相手や味方がいる中で、状況に応じてプレーするスキルが必要になります。例えば、ドリブル技術が上がったとしても、自陣ゴール前でドリブルするといったプレーは正しい選択ではありません。磨いたドリブル技術をどの局面でどのように使うのが効果的かを理解し、プレーしなければいけません。サッカーが上手い選手とは、その瞬間で最適なプレーを選択できる選手のことを言います。

ボール扱いが上手い選手からサッカーが上手い選手へ

Vita サッカーアカデミーでは、コーディネーション能力と基本技術を高めながら、技術をどのように発揮するのか、判断を伴った個人戦術・個人スキル向上を目指していきます。具体的には、相手がいる状況や試合の局面に近いシチュエーションでのトレーニングを繰り返し行いながら、状況を把握するために必要な「認知」、次のプレーを素早く行うための「身体の向き」、状況に応じた「コントロール」などをトレーニングしていきます。判断を伴ったスキルを磨くことで、良いプレーがでる回数を増やしていき、試合で活躍できる選手の育成を行っていきます。

当アカデミー6つの強み

- | | |
|------------------|--------------------------------------|
| ① 最大週4日通い放題！ | 各自スケジュールに合わせてトレーニングに参加できます。 |
| ② オンライントレーニング導入！ | 元プロが指導する早朝オンライントレーニングに参加できます。 |
| ③ 人工芝で自主練習できる環境！ | 週1回人工芝グラウンドで自主練習できる環境を提供します。(八千代校のみ) |
| ④ 所属チームと併用可能！ | 在籍チームがある選手も通うことができます。 |
| ⑤ 経験豊富な指導者！ | 元プロやJクラブ経験者のコーチが丁寧に指導します。 |
| ⑥ 無料メルマガ配信！ | サッカー選手を目指す子の親に贈るアドバイスを毎週月曜日に配信します。 |

アカデミーに通うとこんなスキルが向上します

- ① 自分のイメージ通りに身体を動かせるようになる
- ② スピード、動きの切れがでるようになる
- ③ 怪我をしにくい身体になる
- ④ トラップ・パス・ドリブルの基本技術が向上する
- ⑤ 基本技術を試合の局面に応じて発揮できるスキルが向上する
- ⑥ サッカーへの情熱が高まり、自主的に取り組めるようになる

指導方針

① Enjoy 楽しむ

楽しむことが成長への一番の近道。サッカーの楽しさを伝えていきます。

② Challenge 挑戦

失敗を恐れずにチャレンジできるよう、常にポジティブなコーチングをしていきます。

③ Thinking 考える

大人の指示だけでなく、選手自らが自分で考えて判断し、意思あるプレーができるように指導いたします。

④ Respect 感謝

仲間や家族、支えてくれるまわりの人たちに感謝する大切さを伝えていきます。

⑤ Personality 人間性

サッカーを通じて「自律・自立」できるように指導いたします。



トレーニング

サッカーの原理原則、4つの局面を学ぶ

	①攻撃の局面	②守備の局面	③攻撃から守備への局面	④守備から攻撃への局面
目的	<ul style="list-style-type: none"> ● ゴールを奪う ● ボールを前進させる ● ボールを保持する 	<ul style="list-style-type: none"> ● ボールを奪う ● ゴールを守る ● 相手に制限をかける 	<ul style="list-style-type: none"> ● ボールを奪い返す ● 攻撃を遅らせ守備態勢を整える 	<ul style="list-style-type: none"> ● 素早く攻める ● 攻撃の態勢を整える

サッカー選手に必要な基本5大要素を高める

	①技術	②戦術	③フィジカル	④メンタル	⑤思考力
要素	<ul style="list-style-type: none"> ● ドリブル ● フェイント ● パス ● シュート ● コントロール ● ヘディング ● クリア ● スライディング 	<ul style="list-style-type: none"> ● 個人戦術 ● グループ戦術 ● チーム戦術 	<ul style="list-style-type: none"> ● スピード ● コーディネーション ● パワー ● 持久力 ● 柔軟・運動力 	<ul style="list-style-type: none"> ● セルフコントロール ● セルフモチベーション ● チームコントロール ● チームモチベーション 	<ul style="list-style-type: none"> ● 状況認知 ● 状況判断 ● 決断

年代ごとに必要な技術を磨き、試合で生きるスキルを習得する

	①技術	②戦術	③フィジカル	④メンタル	⑤思考力
小学 1-2年生	<ul style="list-style-type: none"> ● ドリブル ▶ 運ぶ・抜く・キープ ● フェイント ▶ 交わす・抜く ● パス ▶ 足元・スペース ● シュート ▶ 様々なキック ● コントロール ▶ 足元、スペース 	<ul style="list-style-type: none"> ● 1対1の基本 ▶ ボールを奪う ▶ ゴールを狙う ● 攻守の切り替え ▶ とられたら取り返す 	<ul style="list-style-type: none"> ● スピード ▶ コントロール ● コーディネーション ▶ ボール扱い、体の使い方 	<ul style="list-style-type: none"> ● チャレンジ ▶ 常に挑戦する気持ち ● 失敗を恐れない ▶ 気持ちの切り替え 	
小学 3-4年生	<ul style="list-style-type: none"> ● ドリブル ▶ 運ぶ・抜く・キープ ● フェイント ▶ 交わす・抜く ● パス ▶ 足元・スペース ● シュート ▶ 様々なキック ● コントロール ▶ 相手から遠い足 ▶ スペースへコントロール ▶ 身体の向き 	<ul style="list-style-type: none"> ● 1対1の攻撃 ▶ ゴールを奪う ▶ 突破する ● 1対1の守備 ▶ ボールを奪う ▶ ゴールを守る ● 2対2の基本 ▶ 味方とプレー ● 攻守の切り替え ▶ トランジションを意識 	<ul style="list-style-type: none"> ● スピード ▶ コントロール ● コーディネーション ▶ ボール扱い、体の使い方 	<ul style="list-style-type: none"> ● チャレンジ ▶ 常に挑戦する気持ち ● 失敗を恐れない ▶ 気持ちの切り替え 	<ul style="list-style-type: none"> ● 状況認知 ▶ 状況を観る、把握する ● 状況判断 ▶ より良い行動を選択する ● 決断 ▶ 勇気を持ってプレーする
小学 5-6年生	<ul style="list-style-type: none"> ● ドリブル ▶ 突破・運ぶ・キープ ● フェイント ▶ 交わす・抜く ● パス ▶ ショート・ロング・ダイレクト ● シュート ▶ ダイレクト・エリア内 ▶ ミドル・ターン ● コントロール ▶ 相手から遠い足 ▶ スペースへコントロール ▶ 身体の向き 	<ul style="list-style-type: none"> ● 1対1 ▶ 状況把握、エリアごと ● 2対2の応用 ▶ 数的有利の理解 ▶ チャレンジ&カバー ● グループ戦術の基礎 ▶ 数的有利、不利、同数 ● 攻守の切り替え ▶ トランジションを意識 	<ul style="list-style-type: none"> ● スピード ▶ 連続したハイスピード ▶ 動きながら正確なプレー ● コーディネーション ▶ ボール扱い、体の使い方 ▶ 複合的な動きの連続 	<ul style="list-style-type: none"> ● チャレンジ ▶ 常に挑戦する気持ち ● 失敗を恐れない ▶ 気持ちの切り替え ▶ 失敗を生かす 	<ul style="list-style-type: none"> ● 状況認知 ▶ 状況を観る、把握する ● 状況判断 ▶ より良い行動を選択する ● 決断 ▶ 勇気を持ってプレーする

クラス編成

ベーシック

自分の体を思い通りに動かせるようコーディネーション能力を高めると同時に、サッカーに必要な「トラップ」「パス」「ドリブル」といった基本技術を磨きます。

スキルアップ

試合の局面に応じてプレーができるように「認知」「状況に応じたコントロール」「ボールを受ける際の身体の向き」など判断を伴った個人スキルを磨きます。

アドバンス

セレクション合格者のみで構成されます。下部や強豪クラブを目指すレベルの高い選手同士で切磋琢磨しながら、質の高いトレーニングを通じて、個人スキルを高めていきます。

フリー

人工芝のグラウンドで自主練習できる環境を提供します。自分で伸ばすべき長所や改善すべき部分を考え、自主的に取り組めるようコーチがサポートします。

朝トレ

元プロがオンラインで直接指導します。自宅で簡単にできるジュニア年代に必要な体幹トレーニングを中心に行います。また、メンタル面のアドバイスもします。

▶千葉 八千代校

曜日	クラス	対象	時間	場所
火曜日	朝トレ	小・中学生	6:30-7:15	オンライン
水曜日	ベーシック	年中・年長	15:10-16:00	八千代市総合グラウンド
	フリー	小学生	15:30-17:00	
木曜日	スキルアップ	小1・2・3	18:00-19:00	萱田小学校 (体育館)
		小4・5・6	19:15-20:30	
土曜日	ベーシック	小1・2・3	10:30-11:30	八千代市総合グラウンド 飯網近隣公園 他
		小4・5・6	9:00-10:15	

- ★小学生は最大週4日自由に参加することができます。
- ★水曜日のフリークラスは自主練習日となります。
- ★土曜日の開催場所はスケジュールをご確認ください。
- ★スケジュールは変更になる可能性があります。予めご了承ください。

➤東京 足立校

曜日	クラス	対象	時間	場所
火	朝トレ	小・中学生	6:30-7:15	オンライン
金	アドバンス	小1・2	17:00-18:00	小倉幼稚園 (人工芝)
		小3・4・5・6	18:15-19:30	

★足立校のアドバンスクラスはセレクションで合格した選手のみで構成されます。

★小学生は週2日自由に参加することができます。

★セレクション日程はスケジュールをご確認ください。

★スケジュールは変更になる可能性があります。予めご了承ください。

料金表

➤初期費用

年会費 (初年度無料)	11,000円(税込)
ウェア一式 (半袖シャツ・パンツ・ソックス)	12,000円(税込)

➤会費

スクール	クラス	コース	料金
千葉 八千代校	年中・年長	週1回	5,500円(税込) ※回数券(5回券)
	小1・2・3	週4回	7,150円(税込)
	小4・5・6	週4回	8,250円(税込)
東京 足立校	小1・2	週2回	7,700円(税込)
	小3・4・5・6	週2回	8,800円(税込)
オンライン (オンラインのみ)	小・中学生	週1回	1,980円(税込)

★小学生は会費の中にオンライントレーニングの料金が含まれております。

★回数券の有効期限は初回参加日から2ヶ月となります。

➤割引制度(月会費会員のみ対象)

ご兄弟で入会される場合は、2人目から月会費1,100円割引になります。

➤アカデミーウェア

ウェアはアカデミー入会時に購入いただきます。(オンライントレーニングのみ受講の方は除く)

ご入会までの流れ

STEP1

体験にお申込み

- ①各校のLINE公式にお友達登録
- ②体験お申込みメニューバナーからお申込みください

STEP2

体験にご参加

ご参加いただいた当日にお子様の現時点でのレベルをチェックさせていただきます。
体験後に、ご入会希望の場合はご案内メールを送らせていただきます。

STEP3

入会申込み・会費決済方法登録

入会希望の方は、事務局より入会申込み方法をメールでお知らせいたします。
紙は一切使わず、すべてWEBフォームで手続きを行います。

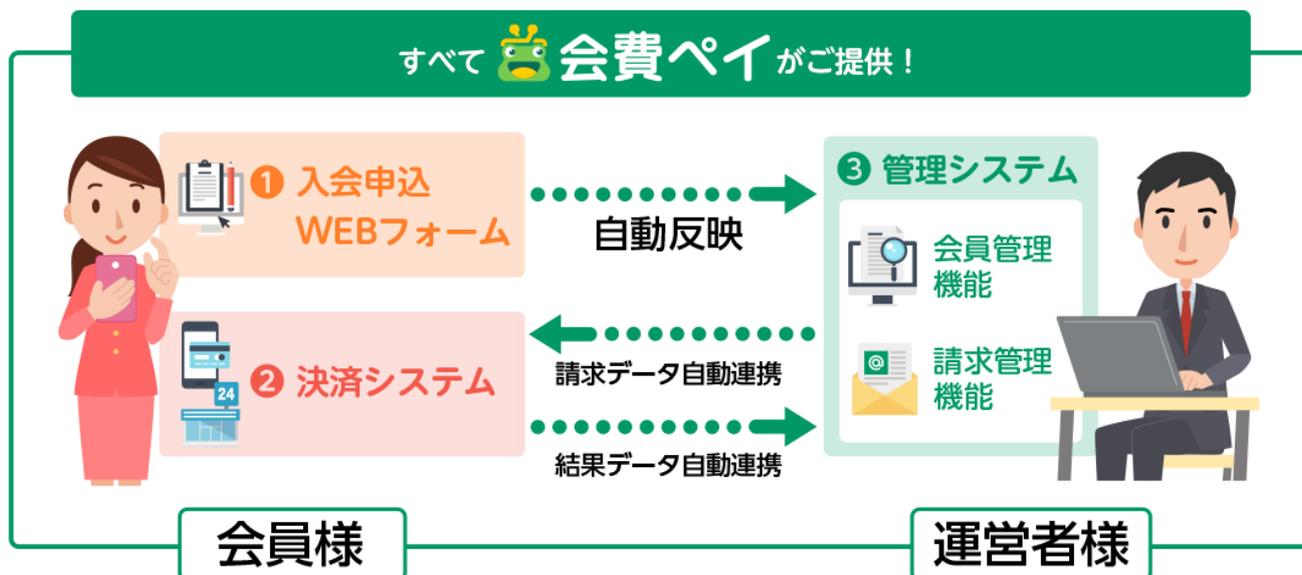
STEP4

ご入会

入会お申込み・会費決済登録が完了しましたらご入会となります。
トレーニングはご登録後、翌日からご参加いただけます。

入会申込み・スクール会費の徴収方法について

当アカデミーでは、入会のお申込みから会費の決済のご登録まで、「会費ペイ」システムを利用し、すべて WEB フォームで行います。紙での入会申込書や口座振替依頼書のご提出は一切ございません。入会のお申込み手続きは 5 分ほどで完了いたします。(システム利用料は年会費に含まれます)



会費ペイでは、以下の支払手段をご利用いただけます。



★毎月 26 日に翌月分のお月謝がご登録いただいた口座から自動引き落としされます。

・11 月分のお月謝は 10 月 26 日にお引き落としされます。

★休会・退会等のお届けは原則毎月 10 日が締めとなります。

・11 月から休会したい場合は、10 月 10 日までに届出を事務局にご提出下さい。

・11 月末で退会したい場合は、11 月 10 日までに届出を事務局にご提出ください。

★ご注意

締切を過ぎた申請は、翌月締切分の扱いとなります。

ご入会方法のご案内

当スクールではWEBフォームよりご入会いただけます。
こちらの資料を参考にご入会手続きをお願いします。

1. QRコードを読取

2. アドレスを入力し、
会員登録URLを送信

3. メールで会員登録用URL
が届くので、アクセス



4. 登録情報や初期費用決済方法を入力

5. 入力内容を確認

6. 初期費用決済・会員登録完了
継続課金の決済方法を選択



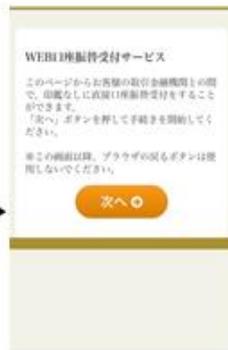
※上記は継続課金の決済方法にカード決済を選択した場合です。

※下記は継続課金の決済方法に口座振替(三井住友銀行)を選択した場合です。

6. 口座振替を選択



7. 次へを選択



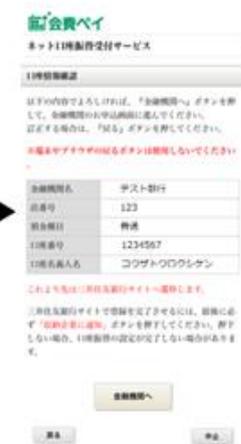
8. 金融機関を選択



9. 口座情報を入力



10. 入力内容を確認



11. 暗証番号を入力



12. 生年月日を入力
規約に同意



13. 収納企業へ遷移
を選択



※必ず「収納企業へ遷移」というボタンを押し、14.の画面まで進んでください。
13.の画面の時点では口座登録は完了してありません。

14. 口座登録完了



※ご利用金融機関によってページ内容は異なります。

スポーツ傷害保険

アカデミー生はスポーツ傷害保険に加入させていただきます。アカデミー活動中および往復中に怪我をした場合はスポーツ傷害保険を適応することができます。(保険料は年会費に含まれます)

対象範囲	傷害保険金額				賠償責任保険 支払い限度額 (免責金額なし)	突然死葬祭 費用保険 支払い限度額
	死亡	後遺障害 (最高)	事故の日からその日を含めて180日以内			
入院日額 1日目から180日限度			通院日額 1日目から30日限度	対人・対物賠償 合算1事故 5億円 ただし対人賠償は1人 1億円	180万円	
団体活動中と その往復中	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円		

★怪我等で保険の適用を希望される場合は、速やかにコーチまたは事務局へご連絡下さい。

会員規約

【第1条】名称および事務局

当アカデミーは「Vitaサッカーアカデミー」と称し、事務局を八千代市ゆりのき台6-12-7に置く。

【第2条】主催および運営会社

Vitaサッカーアカデミーは、主催および運営を「株式会社Sports Vita」が行う。

【第3条】目的

本アカデミーは、サッカー技術の向上及び子どもたちの健全な心身の育成を図り、かつ地域社会のスポーツ振興に貢献することを目的とする。

【第4条】会員

- 1.会員は、前条の目的に賛同し、所定の手続きを行った者とする。
- 2.会員およびその保護者が不適切な行為および言動により、下記に定める各号に著しく違反した場合は、会員資格を喪失し、退会とする。
 - ①本アカデミーが使用する敷地および施設内の設備または備品を適切に使用せず破損・汚損した場合。
 - ②勧誘・セールスおよびその他類似する行為があった場合。
 - ③他の会員およびコーチまたは本アカデミーに対して、誹謗中傷、暴力行為、示威的行動またはその他の一切の迷惑行為を行った場合。
 - ④本アカデミーの名誉を傷つける行為または秩序を乱す行為を行った場合。
 - ⑤その他、本アカデミーが不適切であると判断した行為を行った場合。

【第5条】会費

- 1.会員は、別途定める年会費及び月会費(以下、会費)を納入しなければならない。一度入金された会費は、理由の如何によらず、返金しないものとする。
- 2.年会費は、毎年4月に当該年度分を徴収するものとする。
ただし、新規会員の年会費は、入会時に徴収するものとする。
- 3.月会費は毎月26日に翌月分を徴収するものとする。
ただし、26日が祝休日の場合は、翌営業日に徴収するものとする。

【第6条】保険の加入

- 1.会員は、入会と同時にスポーツ傷害保険に加入し、加入手続きは、事務局が行うものとする。
- 2.前項の保険料は、年会費にて充当する。
- 3.保険期間は、毎年4月1日から3月31日までとする。
- 4.傷害事故等における補償責任は、加入する保険会社の約款に従うものとし、当該保険の補償を超える部分については、保護者がその責任を負うものとする。

【第7条】退会・休会

- 1.会員が休会しようとする場合には、希望月の前月10日までに所定の提出方法で申請をしなければならない。
- 2.会員が退会しようとする場合には、希望月の当月10日までに所定の提出方法で申請をしなければならない。

【第8条】会員資格の喪失または停止

会員およびその保護者が下記に定める各号に該当する場合は、会員資格を喪失または停止するものとする。

- ①会員から退会の申し出があり、本アカデミーが退会を承認した場合。
- ②第4条第2項に定めている各号いずれかに違反した場合。
- ③その他、本アカデミーが会員資格喪失または停止を認めた場合。

【第9条】免責

会員は、本アカデミーにおける盗難、傷害、ピッチ外での事故およびその他の事故について、本アカデミーに対して何ら損害賠償を求めない。

【第10条】個人情報の取り扱い

会員の個人情報は、アカデミー運営に関わる場合のみに利用する。入会に際し会員は、個人情報の取扱いに同意するものとする。

【第11条】付則

- 1.本アカデミーは、会員に事前の承諾を得ることなく本規約の内容を必要に応じ改定することができるものとし、会員は予めこれに同意するものとする。
- 2.本アカデミーは、本規約に定めない事項について、細則を定めることができる。
- 3.本規約を改定した場合は、ホームページ等の合理的な方法により周知するものとする。

<個人情報の取り扱いについて>

本アカデミーでは、皆様の個人情報保護のための管理体制を確立するとともに、個人情報保護関連法令およびその他の規範を遵守し、適切かつ慎重に取扱いします。提供された個人情報はアカデミー運営に関すること以外の利用は行いません。

- ①イベントやサービスに関する情報のお知らせ
- ②スポーツ傷害保険加入・申請手続き
- ③会費等の預金口座振替手続き
- ④アカデミー生の怪我等、公的機関への連絡先の通知
- ⑤施設申請に関する公的機関への提供
- ⑥公的機関からの文書による開示請求があった場合

<写真・動画の取扱いについて>

当社のWEBサイト、Facebook、Instagram等のSNS投稿ほか、広報活動に使用する場合もございますが、氏名等の個人情報との併記は行いませんので、予めご了承ください。なお、使用した写真や動画に対し、当該個人より削除依頼があった場合、速やかに写真や動画を削除いたします。

保護者の皆様へ

毎週月曜日に保護者向けに無料メルマガを配信しています。



自立への手助け

私たちは、サッカーを通じて、自立した人間を育てようとしています。
自立しているというのは、自分自身で判断して、責任をもって行動する、ということです。

まずは、サッカーの準備や身の回りのことを子ども自身でできるようにサポートしてあげてください。
そのような行動ができるようになると、必ずプレーの成長にもつながっていきます。

間違っても大丈夫です。
子どもなりに、自分で必要だと思うことを自分でやるということが成長につながります。

サッカーを好きにさせる

私たちはサッカーが大好きな子どもを育てようとしています。
自分の子どもに大きな期待をしてしまうのは誰でも当たり前のことですが、言いすぎることは控えましょう。

親が過度に期待をかけたりすると、子どもにとってプレッシャーになることもあります。
小学生年代ではスポーツやサッカーを好きにさせることが最も大切なことです。

子どもは、好きなことには夢中になれるし、それが成長する一番の近道にもなります。
失敗しても次また頑張ればいいのです。余裕をもって見守りましょう。

やるのは子ども・主役は子ども

スポーツをしていると、いろいろな場面で勝ち負けを経験します。
ちょっとした勝負の勝敗で、親が自分の子どもは「見込みがない」と思い込み、
やめさせてしまうケースがあります。それはとても残念なことです。

トップにいくかいかないかだけがスポーツやサッカーの価値ではありません。
小学生年代では、子ども自身がサッカーをしたいという純粋な気持ちを持つことが大切なことです。
やるのは子ども。主役は子ども。成長には個人差がありますので、一喜一憂しないで、ゆっくり見守りましょう。

トライ&エラー

サッカーはミスのスポーツとも言われています。
日本代表の選手ですらミスをするスポーツですので、小学生が完璧にプレーできることはまずありません。

うまくいかなくても、決して責めないでください。失敗したことは子ども自身が十分にわかっています。
上手にできたことはしっかりとほめてください。

トライ&エラーを繰り返す中で、子ども自身が失敗をポジティブに自分の糧にできるように、
親はその手助けをしてあげましょう。

自分なりの正解を見つける

私たちはサッカーを通じて、子どもたちの自立を促したいと思っています。
サッカーの試合中は、常に状況が変化していきます。その中で自分自身で状況を把握して、最善と思う判断をし、
それに基づいて行動をしなくてはなりません。

監督やコーチの指示されたとおり、言われたとおり、だけでは、とても対応しきれないスポーツです。
日頃から自分で考えて、自分なりの正解をみつけていく作業こそが、サッカーやこれからの社会に求められる大切なスキルであると私たちは考えています。一緒に子どもの成長をサポートしていきましょう。