

サッカーを考える

～局面編～

【テーマ】

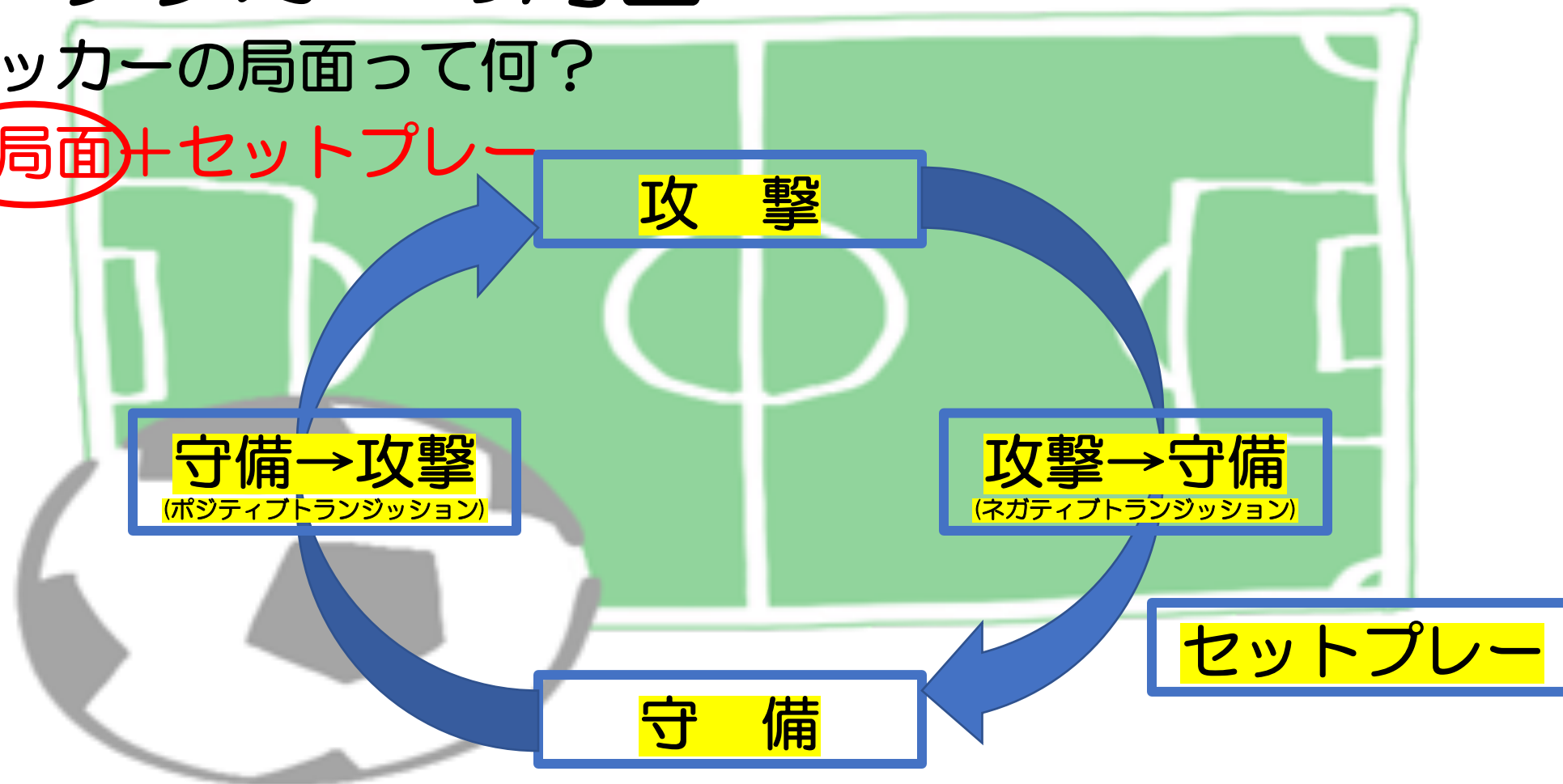
- ◎ 局面を理解しプレーの目的を整理する。
- ◎ 局面と場所を整理しプレーの成功率を高める。

シルフィードFC

1. サッカーの局面

- サッカーの局面って何？

4局面+セットプレー



⇒局面を理解すれば素早いプレーの判断につながる！

2. 攻撃

- 攻撃の目的は？

⇒ “ボールを前進させる”

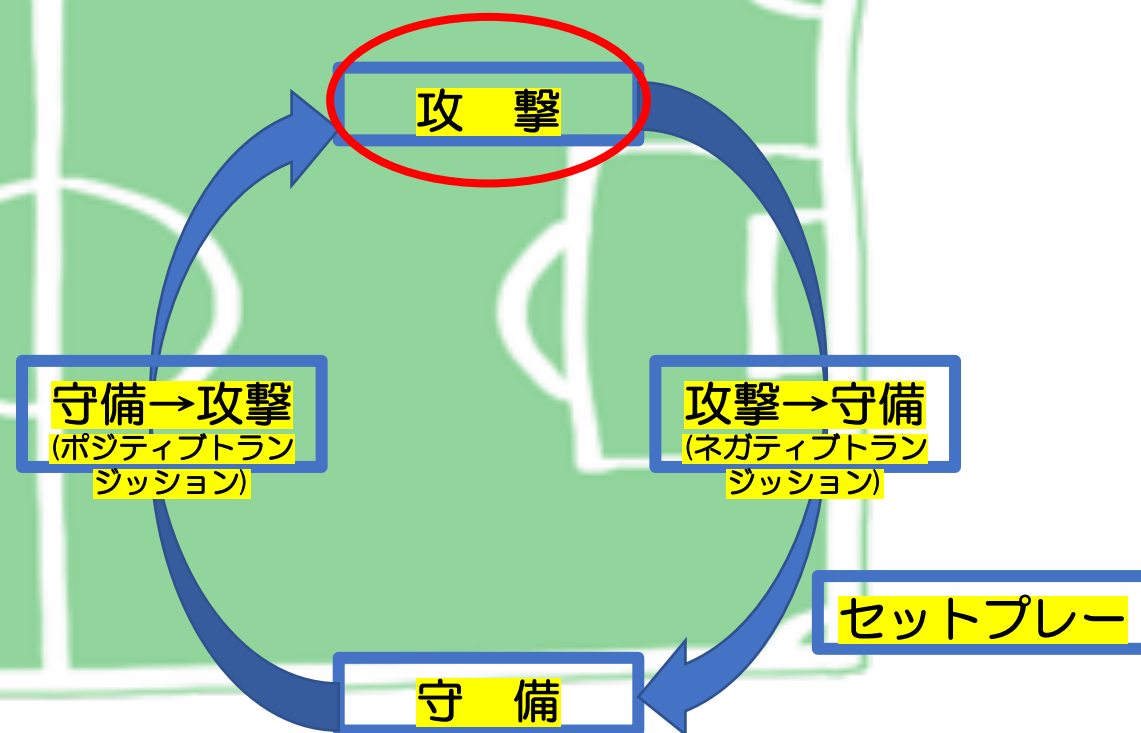
⇒ “ゴールする”

- そのための手段

① ビルドアップ

② シュート

⇒ “ゴールする” ために前進することを忘れない。



3. ネガティブトランジション(攻撃→守備)

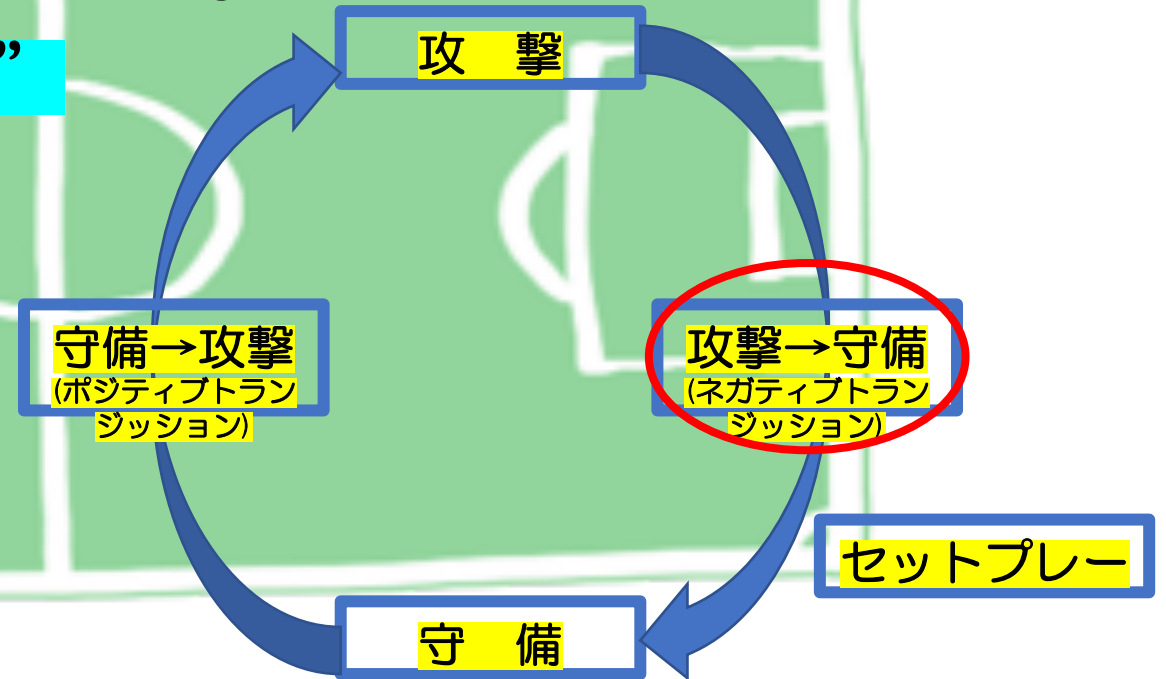
- ネガティブトランジションの目的は？

⇒ “ゴール方向に進ませない”

- そのための手段

- ① アプローチ※
- ② 守備の組織を整える

⇒相手が保持するためにボールを下げた場合は守備ブロックを作り、『守備』の局面に移る。



4. 守備

- 守備の目的は？

⇒ “ボールを奪う”

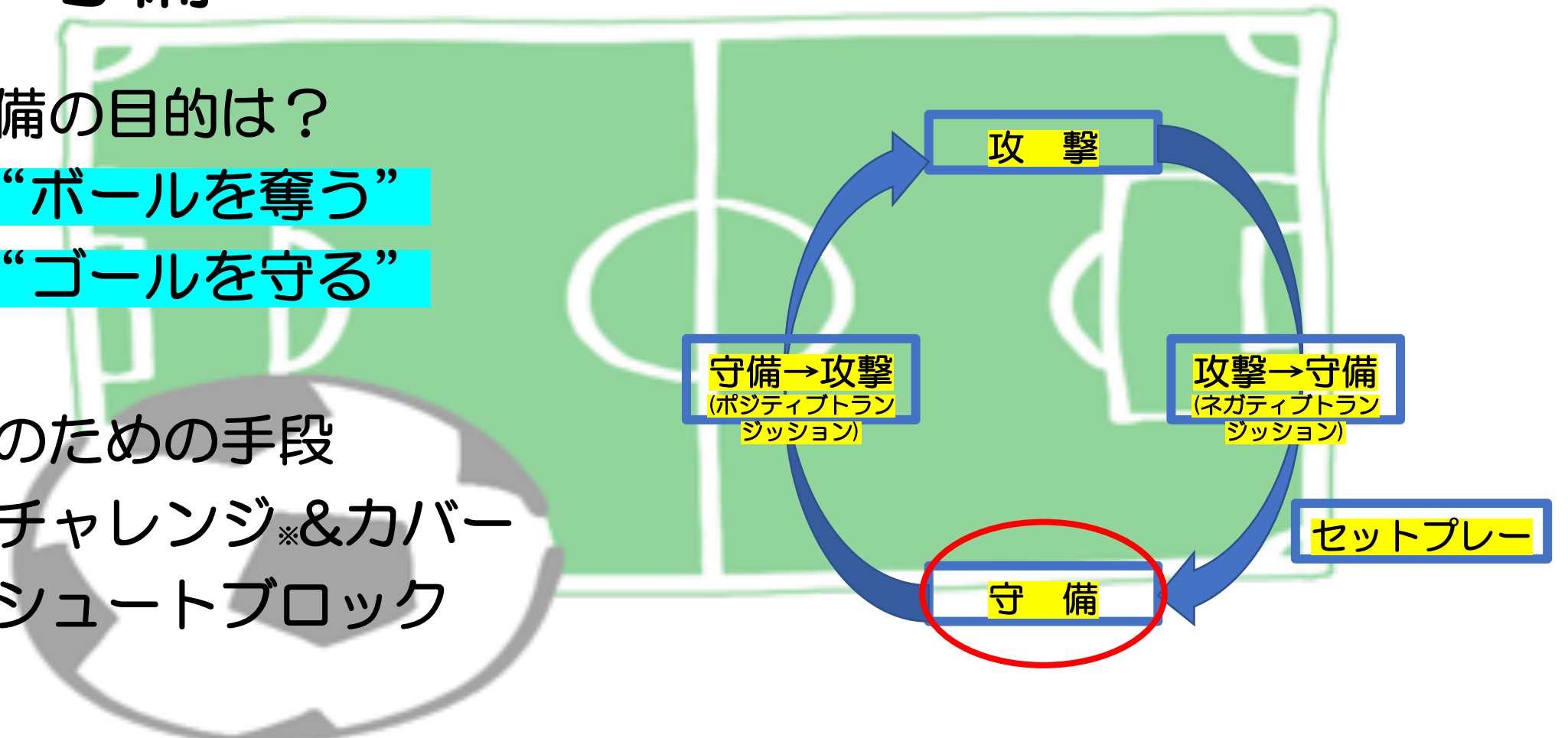
⇒ “ゴールを守る”

- そのための手段

① チャレンジ※&カバー

② シュートブロック

⇒ “ゴールを守る” ために守備をすることを忘れない。



5. ポジティブトランジション(守備→攻撃)

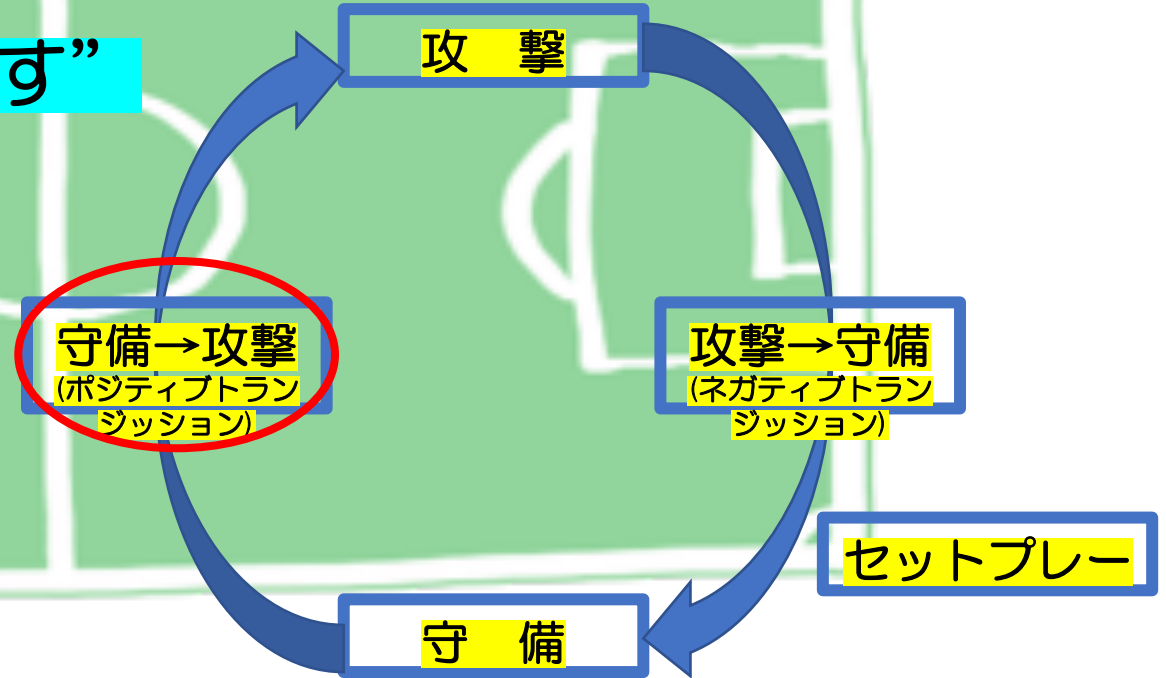
- ポジティブトランジションの目的は？

⇒ “素早くゴール方向を目指す”

- そのための手段は？

- ① カウンター
- ② 攻撃の組織を整える

⇒相手の守備の切り替えが早く、攻撃が遅れた場合はボールを保持し、『攻撃』の局面に移る。



☆コーチからの宿題☆

● ノートと筆記用具を準備！

(1) 相手からボールを奪った瞬間に目指すものは何？そのためにボール保持者以外はどんなサポートが必要？

考え方：フィールドの場所を明確にする。

(2) 相手にボールを奪われた。ボールの近くにいる選手、ボールの遠くにいる選手はどんな切り替えが必要？

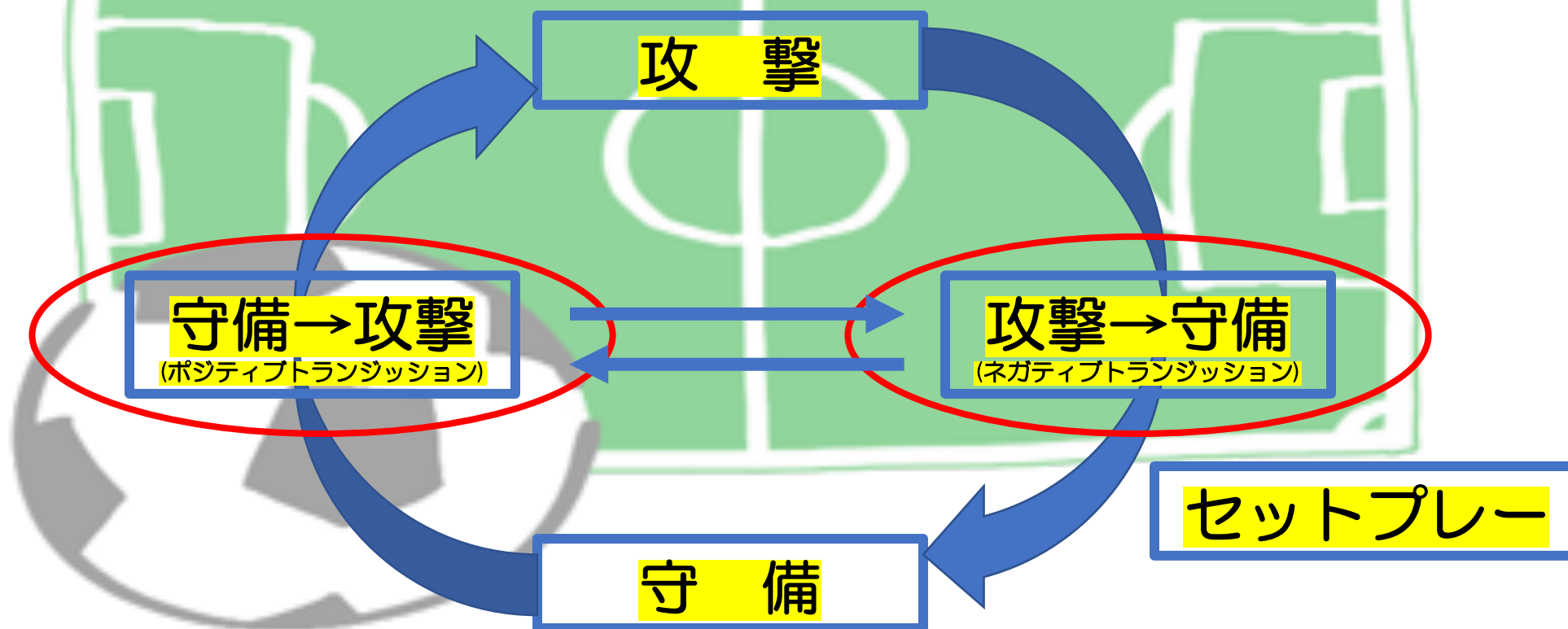
考え方：近くにいる選手と遠くにいる選手のそれぞれの動きを考える。

(3) サッカーの局面って何？図で書く。

----- 制限時間は5分 -----

6. まとめ1

- 局面を理解して素早く判断のできる選手になろう！




⇒ トランジッションの瞬間は相手よりも早い**攻撃**と**守備**を心がける！

A diagram of a soccer field with a green background and white lines. The field is divided into three vertical sections by rounded rectangular outlines: a red outline on the left, a yellow outline in the center, and a blue outline on the right. In the center of the field, there is a white circle with a black cross inside. Two lines of Japanese text are overlaid on the field, each starting with a star symbol and underlined. A large blue arrow points from the left towards the right, passing behind the text.

☆ “局面” を理解してプレーをする。

☆ “場所” を理解してプレーをする。



“サッカーを考える” 完

ありがとうございました。

シルフィードFC

8. セットプレー

- 【攻撃】 セットプレーの目的は？

⇒ “相手の守備組織を壊してゴールする”

- 【守備】 セットプレーの目的は？

⇒ “相手の攻撃を抑えゴールを守る”

- そのための手段

① コミュニケーション

② 相手よりも先にボールに触れる

