



サッカーを考える

～フィールド編～

【テーマ】

- 3つのフィールドの理解
- フィールドごとの目的の理解

シルフィールドFC

1. 3つのフィールド

○フィールド3

- 相手チームのゴール前
- 自分たちのゴールから最も遠い

○フィールド2

- フィールドの中央付近
- フィールド1とフィールド3を繋ぐ

○フィールド1

- 相手チームのゴールから最も遠い
- 自分たちのゴール前



2. フィールド1のプレー原則

【攻 撃】

- ボールを安全・確実に前進させる
- GKを含めて相手より+1の状況で前進する
例) 2CBに対して2FWで追ってきた場合→2CB+GK vs 2FW (3vs2)

【守 備】

- シュートを打たせない
- ゴールに近づかせない (ボックス内に侵入させない)

2. フィールド2のプレー原則

【攻 撃】

- 最短距離でゴールを目指す（中央突破）
- 相手のDFを観てプレーを選択する（サイド攻撃）

例) 相手DFが中央に集中している場合→サイドから前進する

【守 備】

- 相手のビルドアップを見極めフィールド1に進ませない
- 相手に時間とスペースを与えない（スライド・コンパクト・プレスバック）

3. フィールド3のプレー原則

【攻 撃】

- シュートチャンスを作り出す ↩ ビルドアップの終わり
- シュートを打つ（中央レーンペナ内）＝チャンスゾーン？
- シュートを打たせる

【守 備】

- 簡単にロングボールを蹴らせない
- 相手のビルドアップを見極め前進させない

！！☆コーチからの宿題☆！！

☆コーチからの宿題☆

● ノートと筆記用具を準備！

(1) 攻撃の際、フィールド1で味方からパスを受けました。

次にあなたはどんなプレーをしますか？

(2) 守備の際、フィールド2で注意することは何？

(3) ビルドアップの終わりはどこまでか？

ヒント：「(場 所)の(プレー原則)まで。」

(4) 攻撃と守備の目的は？ (応用問題)

----- 制限時間は5分 -----

+ α .5つのレーン(縦割り)

○ 中央レーン

- ・ 攻撃時に最もチャンスになる
- ・ 守備時に最もピンチになる

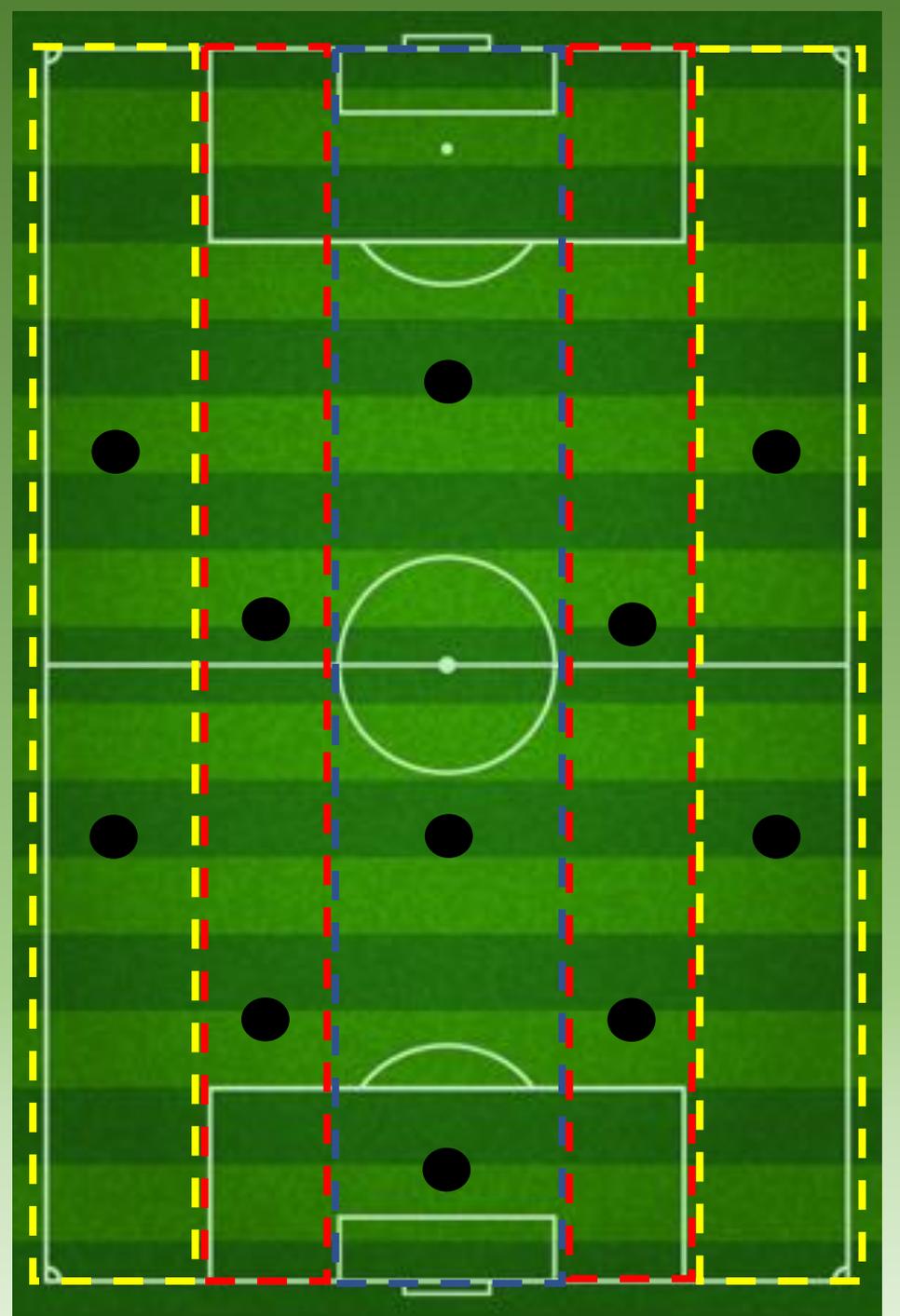
○ ハーフスペース

- ・ 中央レーンの次にチャンスやピンチになりやすい

○ 大外レーン

- ・ スペースが最も広い
- ・ 人が最も少ない

⇒ レーンを意識してポジショニングできるようにになるとインサイトが高まる!?





“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