

今日の流れ

スライドを見ながらコーチの話を聞く



メモを取る、個人で考える



グループで発表する、話をする



まとめ・次回の連絡

サッカーを考える

～局面の理解を深める～

【テーマ】

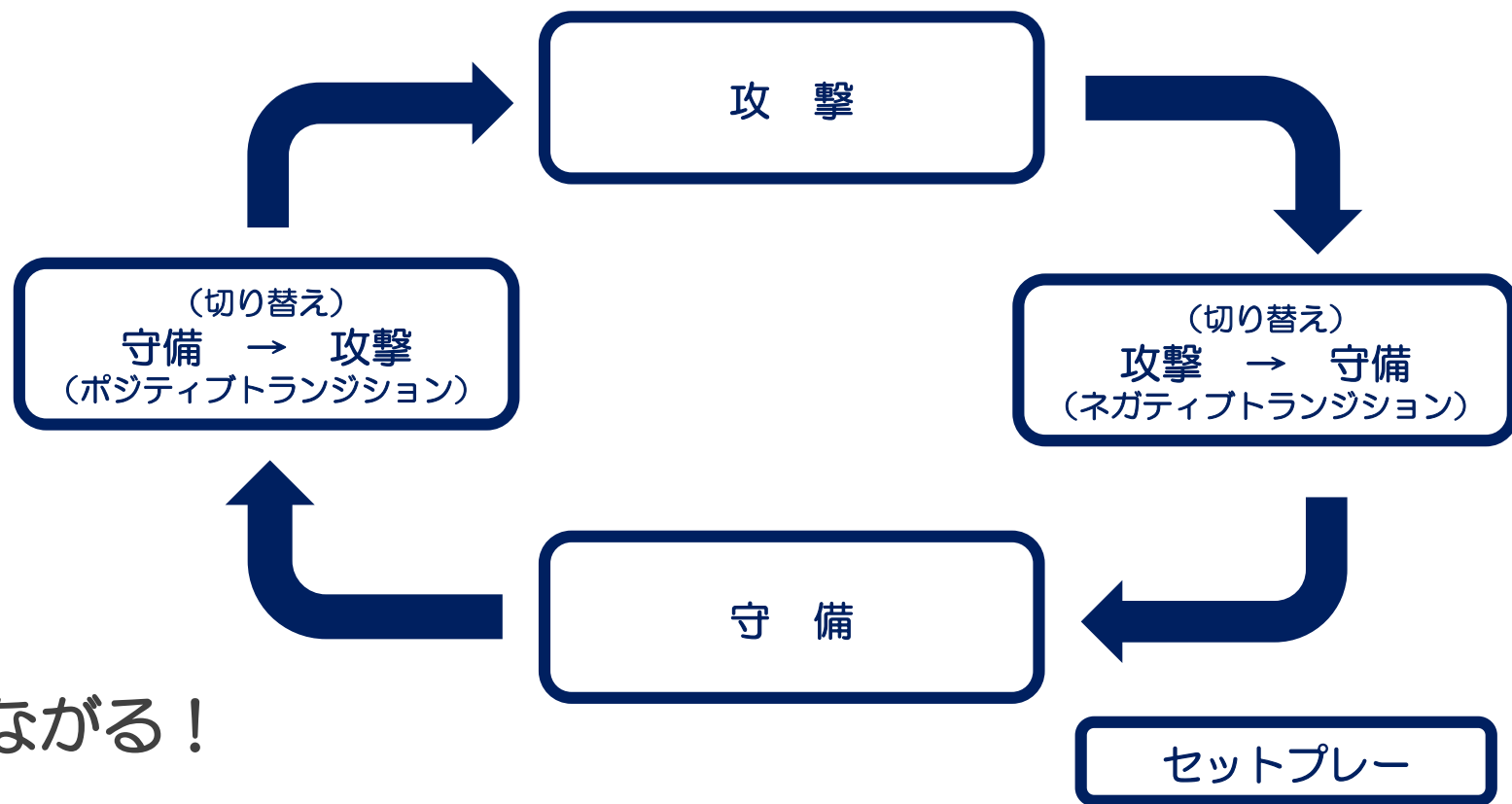
- 4つの局面を理解しよう！
- 局面と場所（フィールド）を整理しよう！

1. サッカーの局面

●サッカーの局面って何？

- 攻撃
- 守備
- 攻撃→守備
- 守備→攻撃
- +
- セットプレー

局面を理解すれば、
素早いプレーの選択につながる！



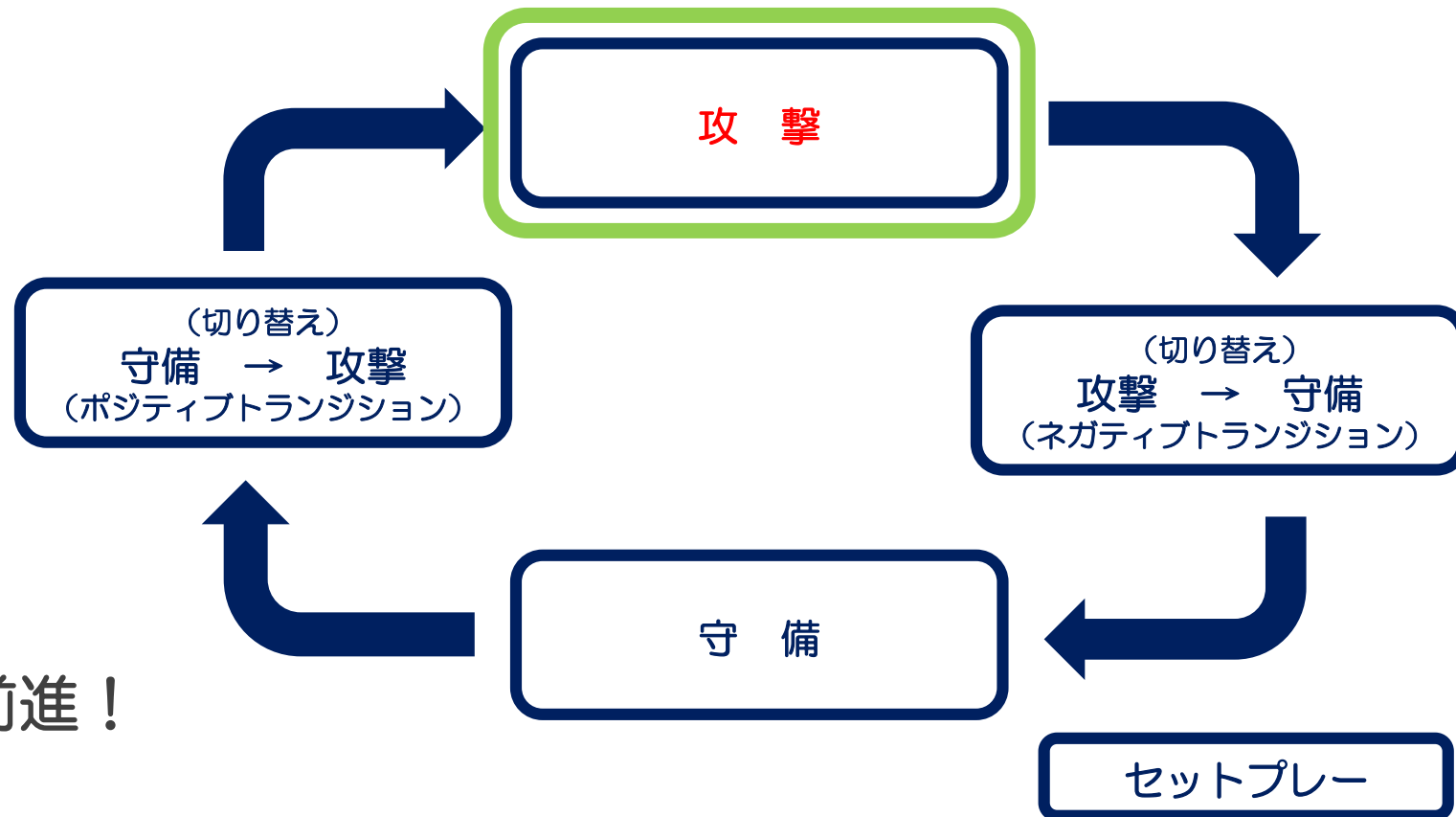
2. 攻撃

●攻撃の目的

- ボールを前進させる
- ゴールをする

●そのための手段

- ビルドアップ
- シュート



【ゴールをするため】の前進！

3. 攻撃→守備 (ネガティブトランジション)

●攻撃→守備の目的

- ・相手に良い攻撃をさせない

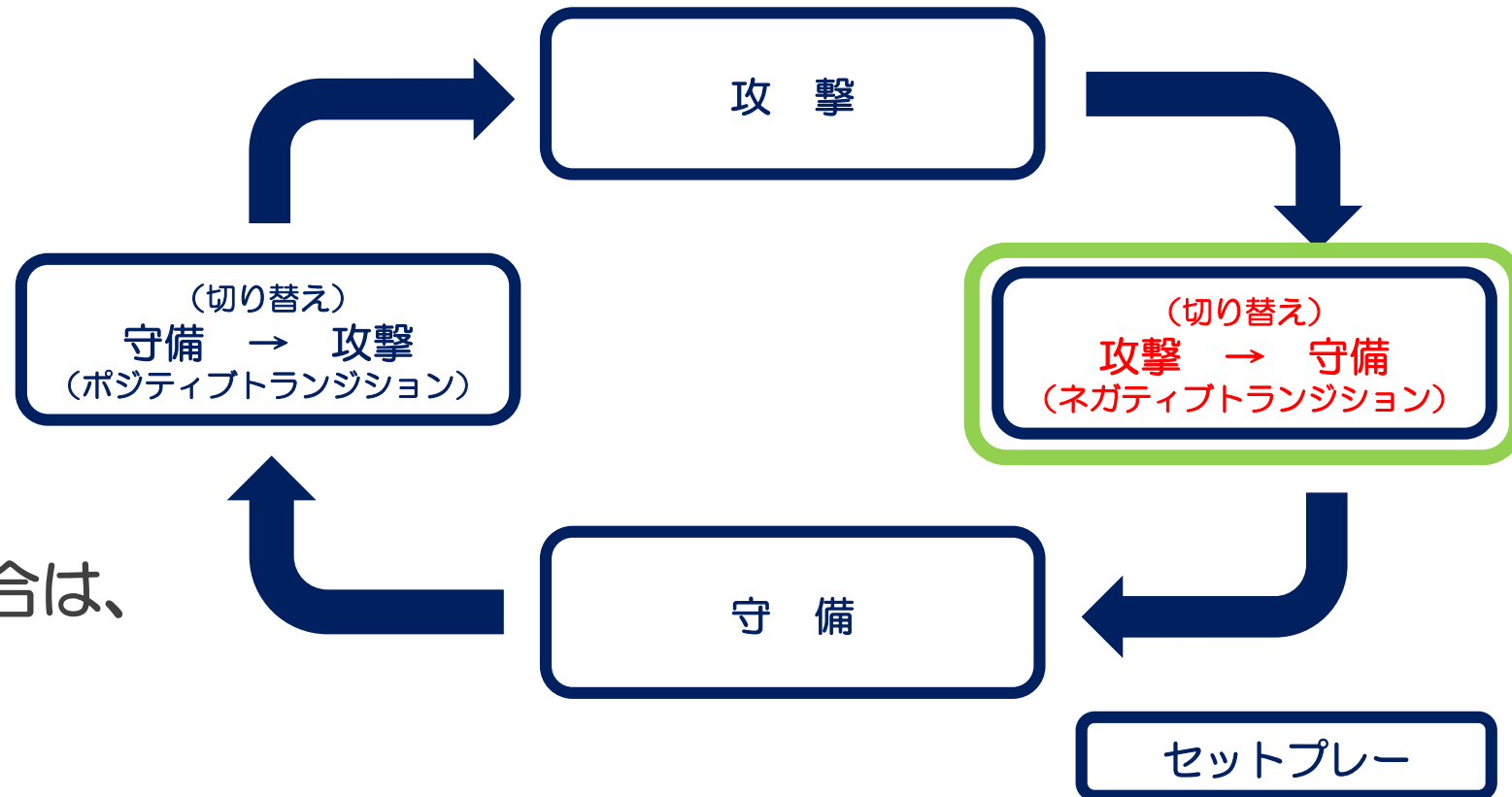
●そのための手段

- ・アプローチ

(近づく、奪う、ブロック)

- ・守備の組織を整える

相手がボールをさげた場合は、
【守備】の局面に移る！



4. 守備

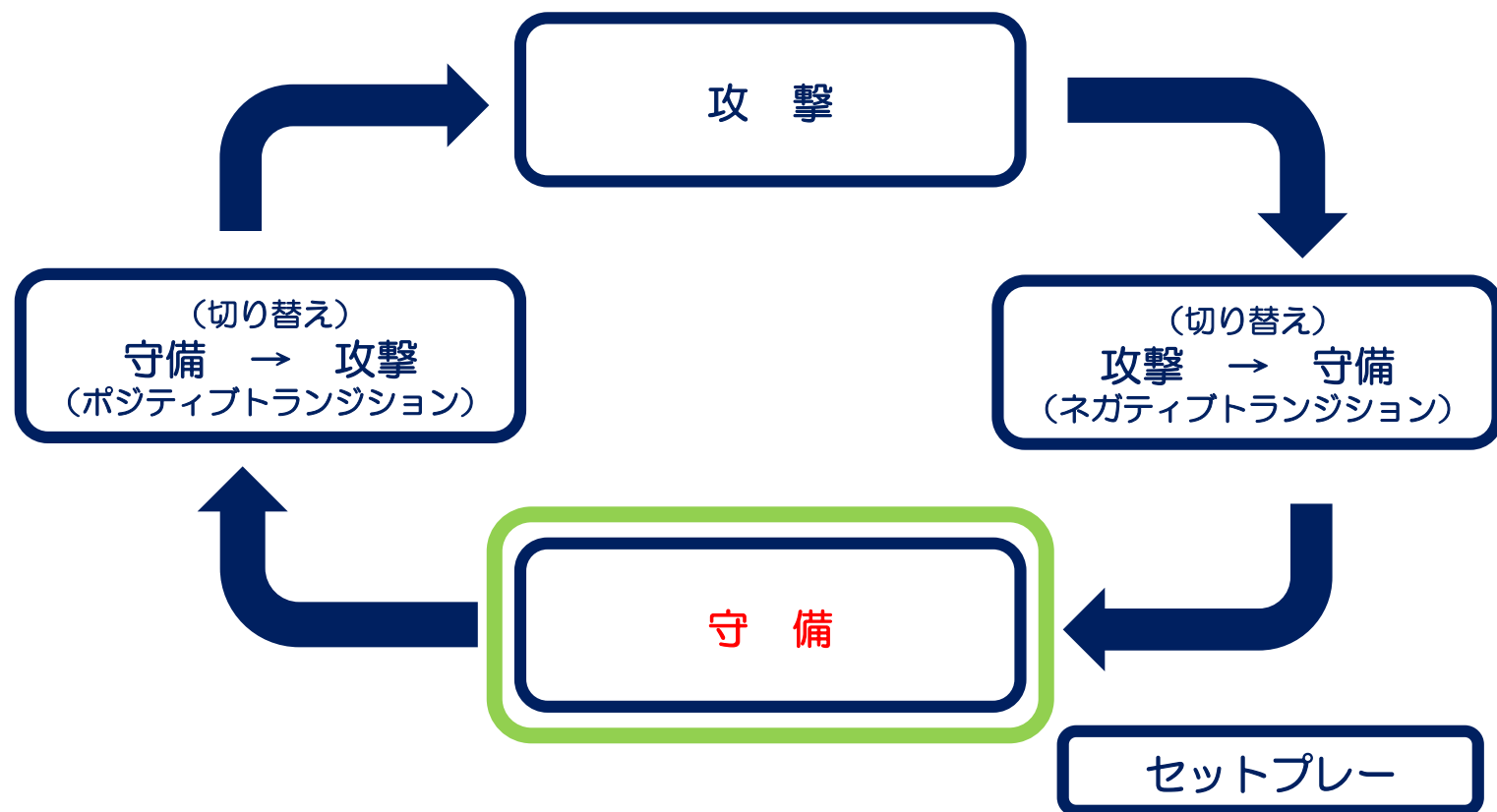
●守備の目的

- ボールを奪う
- ゴールを守る

●そのための手段

- チャレンジ（奪う） & カバー
- シュートブロック

ゴールを守るために、
【守備】をする！



5. 守備→攻撃 (ポジティブトランジション)

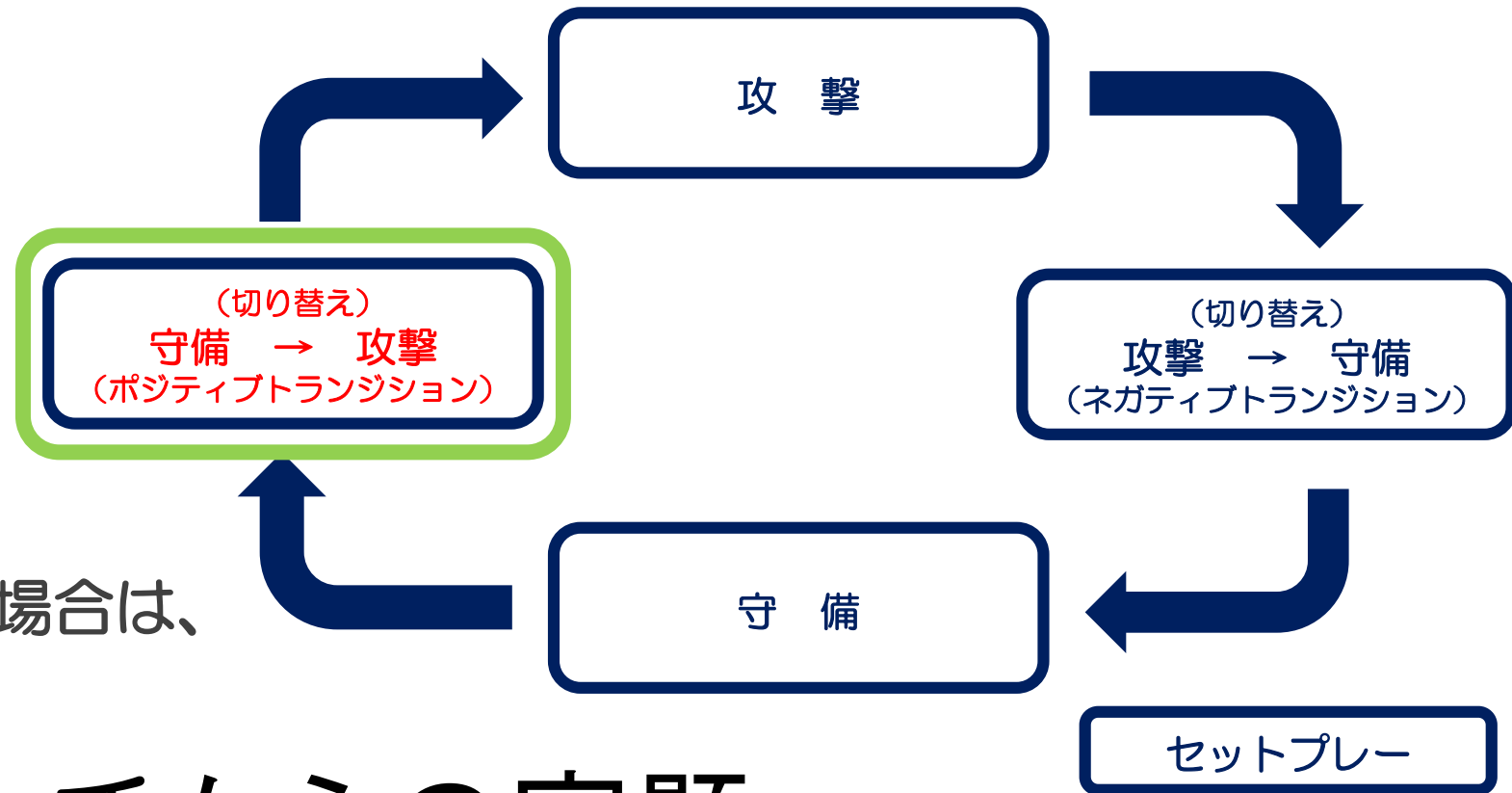
●守備→攻撃の目的

- ・素早くゴール方向を目指す

●そのための手段

- ・カウンター
- ・攻撃の組織を整える

相手の攻撃→守備が早い場合は、
【攻撃】の局面に移る！



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用意しよう！

(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ですか？

(2) 相手にボールを奪われました。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ですか？

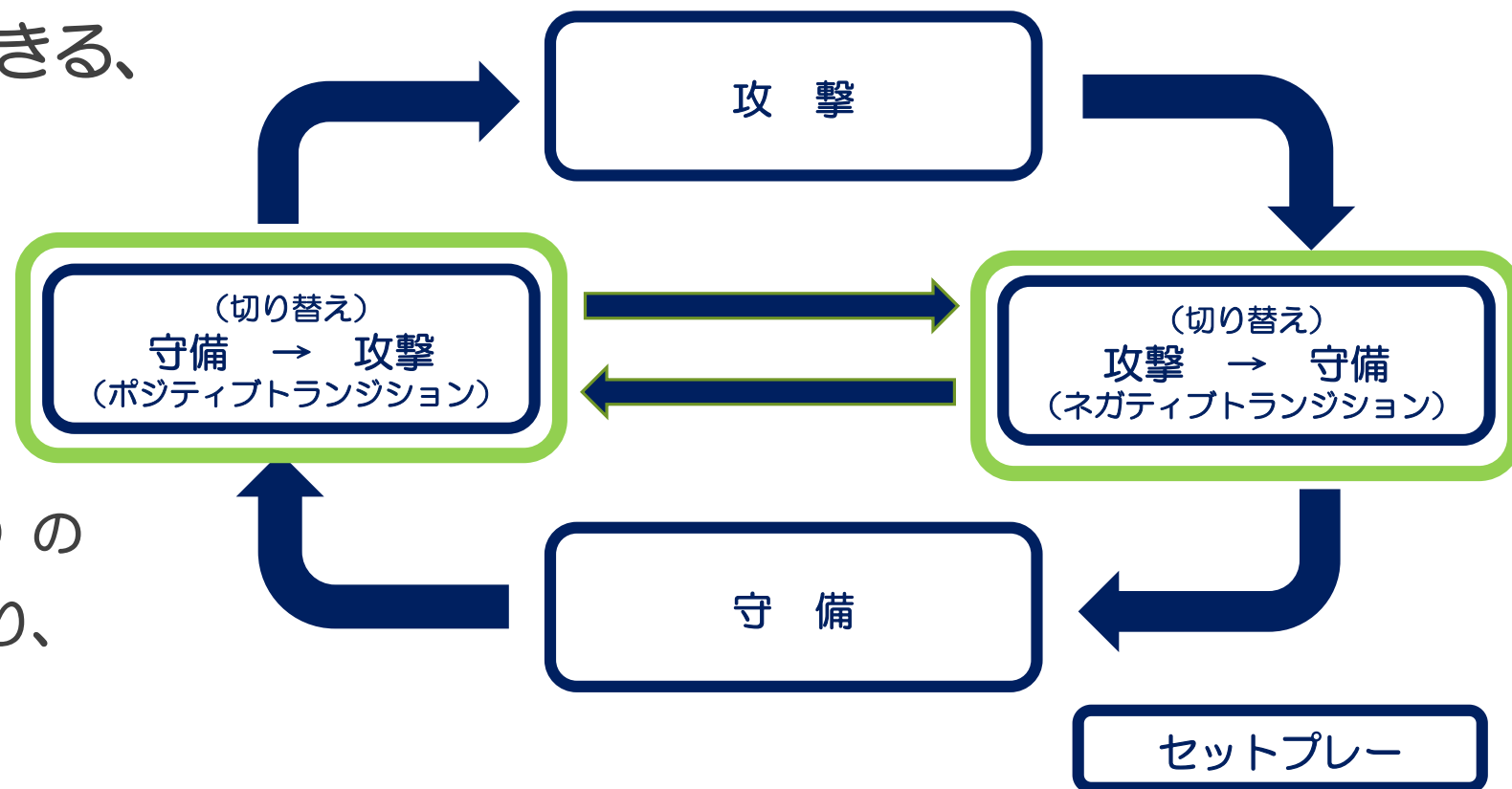
※(1) (2) とともに場所を明確にして考えてみよう。

(3) サッカーの局面って何ですか？(図で書いてみよう！)

6. まとめ

局面を理解して、
素早いプレーの選択ができる、
選手になろう！

- 4つの局面がある
- それぞれに目的がある
- トランジション（切り替え）の対応でチャンスが大きくなり、ピンチが小さくなる





4つの局面を
理解してプレーする！

×

3つのフィールドを
理解してプレーする！

プレーの成功が増える

7. セットプレー

●攻撃の目的

- ・チャンスをつくる
- ・ゴールする

●そのための手段

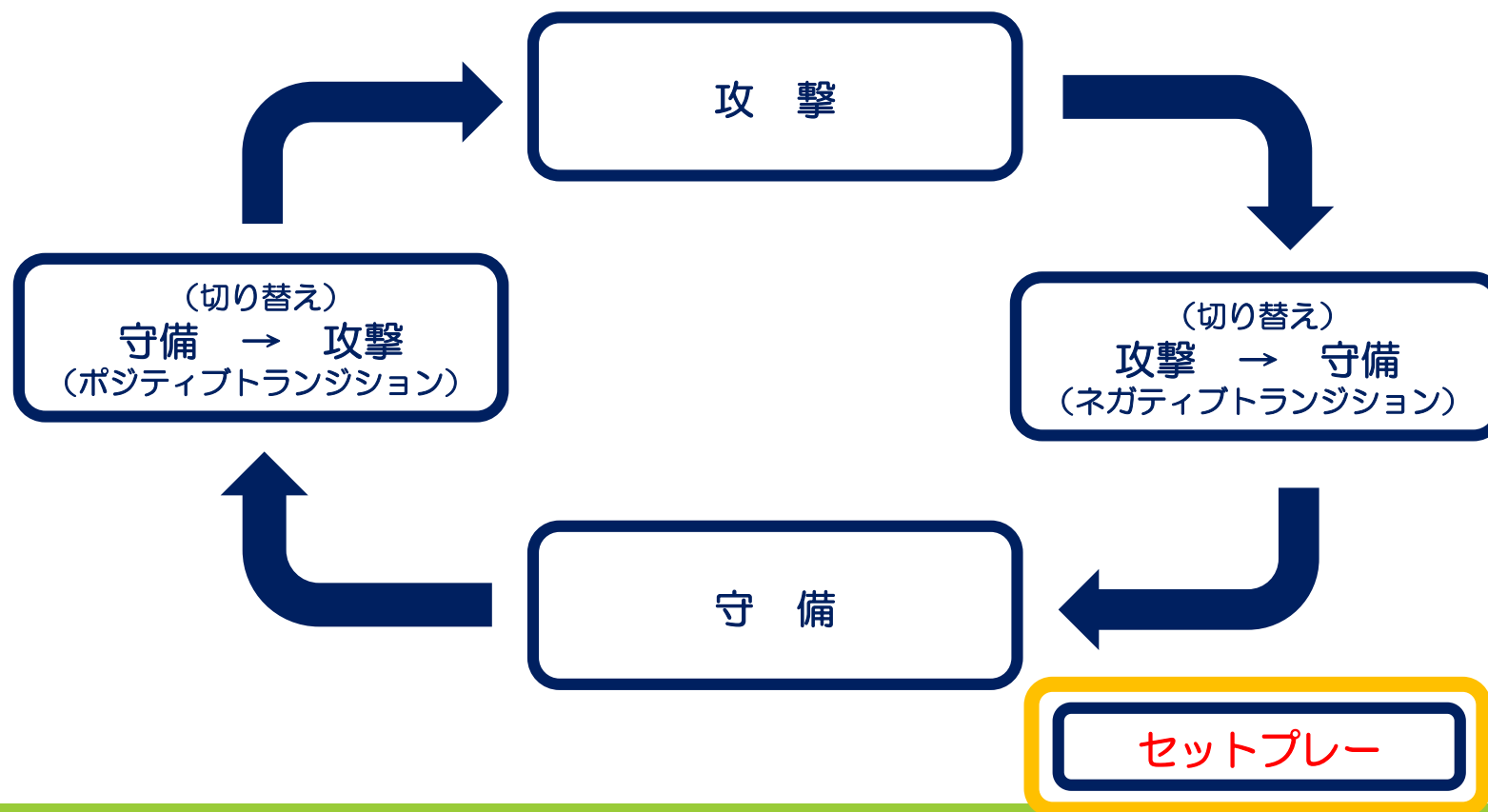
- ・サインプレー
- ・相手よりも先にボールに触る

●守備の目的

- ・ゴールを守る

●そのための手段

- ・マークの徹底
- ・相手よりも先に触る



サッカーを考える 完

ありがとうございました！

