

サッカーを考える

～フィールド編～

【テーマ】

- ◎ 3つのフィールドの場所とプレーを理解する。
- ◎ チームで行うプレーの優先順位を整理する。

シルフィールドFC

1. フィールドを考える

● フィールド1の場所と特徴って何？

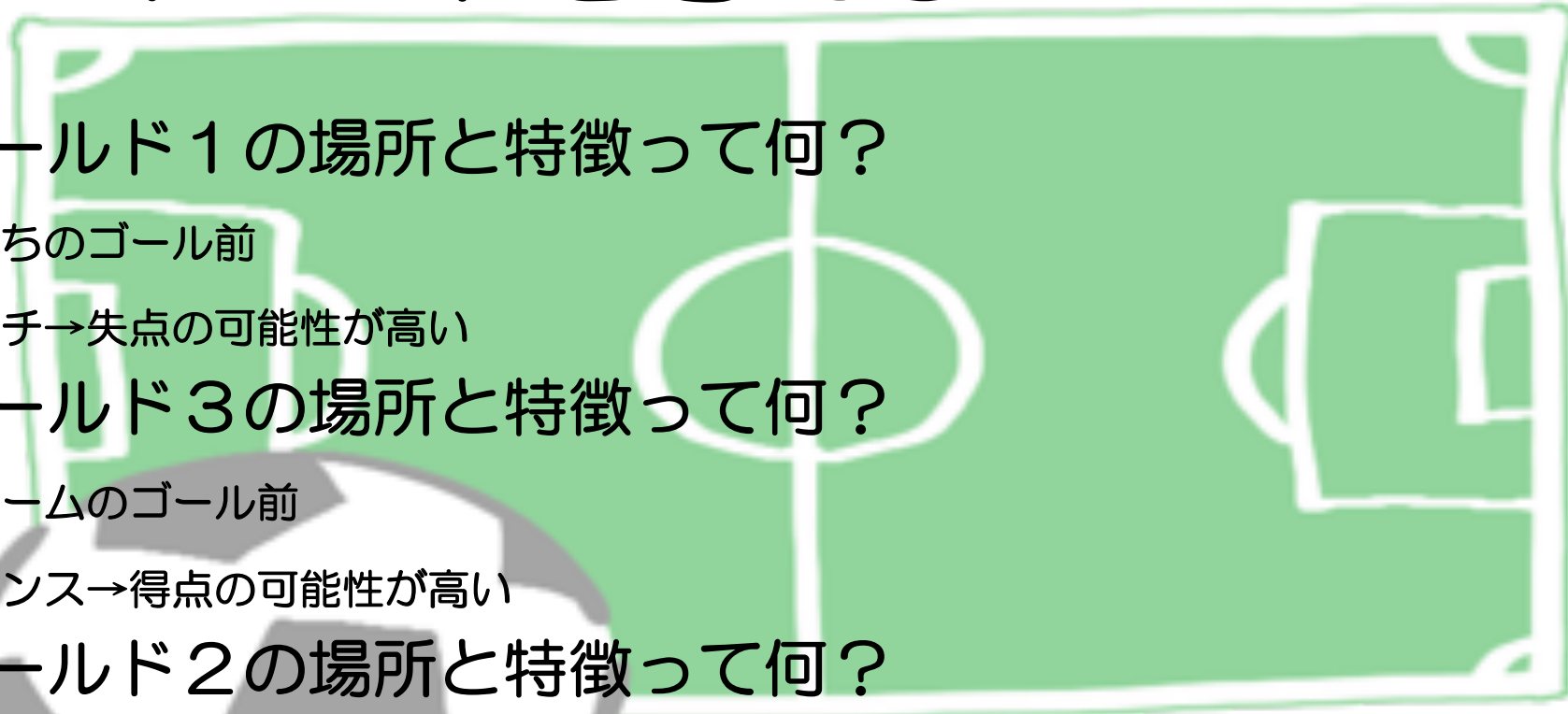
- ・自分たちのゴール前
- ・大ピンチ→失点の可能性が高い

● フィールド3の場所と特徴って何？

- ・相手チームのゴール前
- ・大チャンス→得点の可能性が高い

● フィールド2の場所と特徴って何？

- ・フィールドの真ん中らへん
- ・突破したら→大チャンスに繋がる
- ・突破されたら→大ピンチに繋がる



2. 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

30~50%

○フィールド2

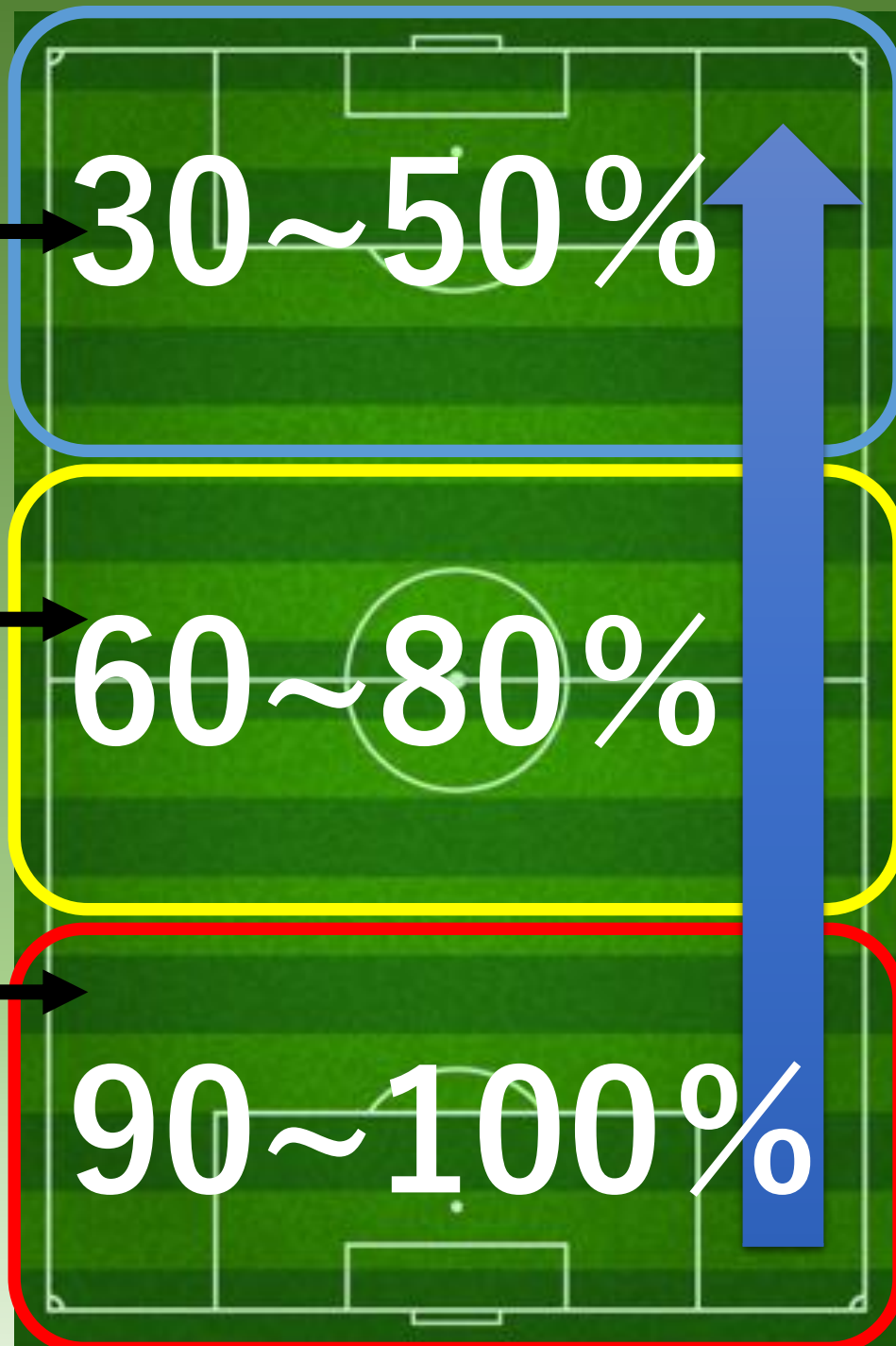
- ・フィールドの中央付近
- ・フィールド1とフィールド3を繋ぐ

60~80%

○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

90~100%



3. フィールド1のプレー

【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】

- ゴール方向に進ませない (ボックス内に侵入させない)
- シュートを打たせない

3. フィールド2のプレー

【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）

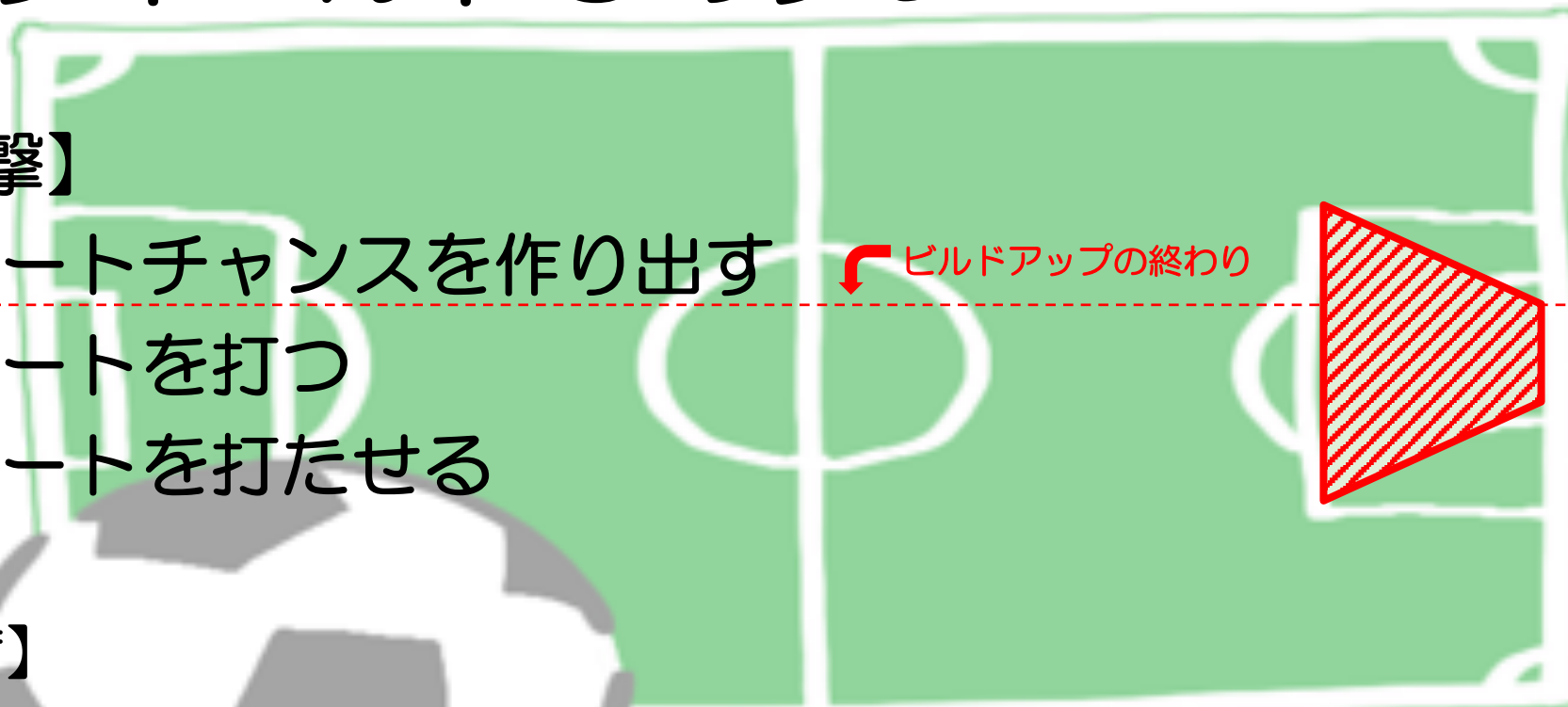
4. フィールド3のプレー

【攻 撃】

- シュートチャンスを作り出す
- シュートを打つ
- 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☆

● 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。

次にどんなプレーを選択しますか？ (どこにパス？どんなドリブル？具体的に書く)

(2) 守備の際、フィールド2で相手にやられたくないプレー

は何ですか？ (ドリブル？パス？シュート？どんなドリブル？どんなパス？具体的に書く)

(3) ビルドアップの終わりはどこまでですか？

ヒント：「(場 所)の(プレー原則)まで。」

(4) 攻撃と守備の目的は何ですか？ (応用問題)

----- 制限時間は5分 -----

☆コーチからの宿題☆⇒整理

● “チームの優先順位”を整理しよう！

(1) フィールド1のプレー：攻撃時

【目的】 ボールを前進させる

【優先順位】 ① フィールド3の選手にボールを届けるパス
② 相手FWのプレッシャーラインを越えるパス

相手チームの状況
で異なる選択

③ 広いサイドへ展開するパス (相手がハイプレス)
③ 前のスペースへ運ぶドリブル (相手がハイプレス×)
④ ボールを失わないプレー (大きくクリアー)

☆コーチからの宿題☆⇒整理

- “チームの優先順位”を整理しよう！

(2) フィールド2のプレー：守備時

【目的】 ボールを進ませない

【優先順位】 ① 簡単に前を向かせない

② 中央から進ませない

ボールを奪う
チャンスを
逃さない

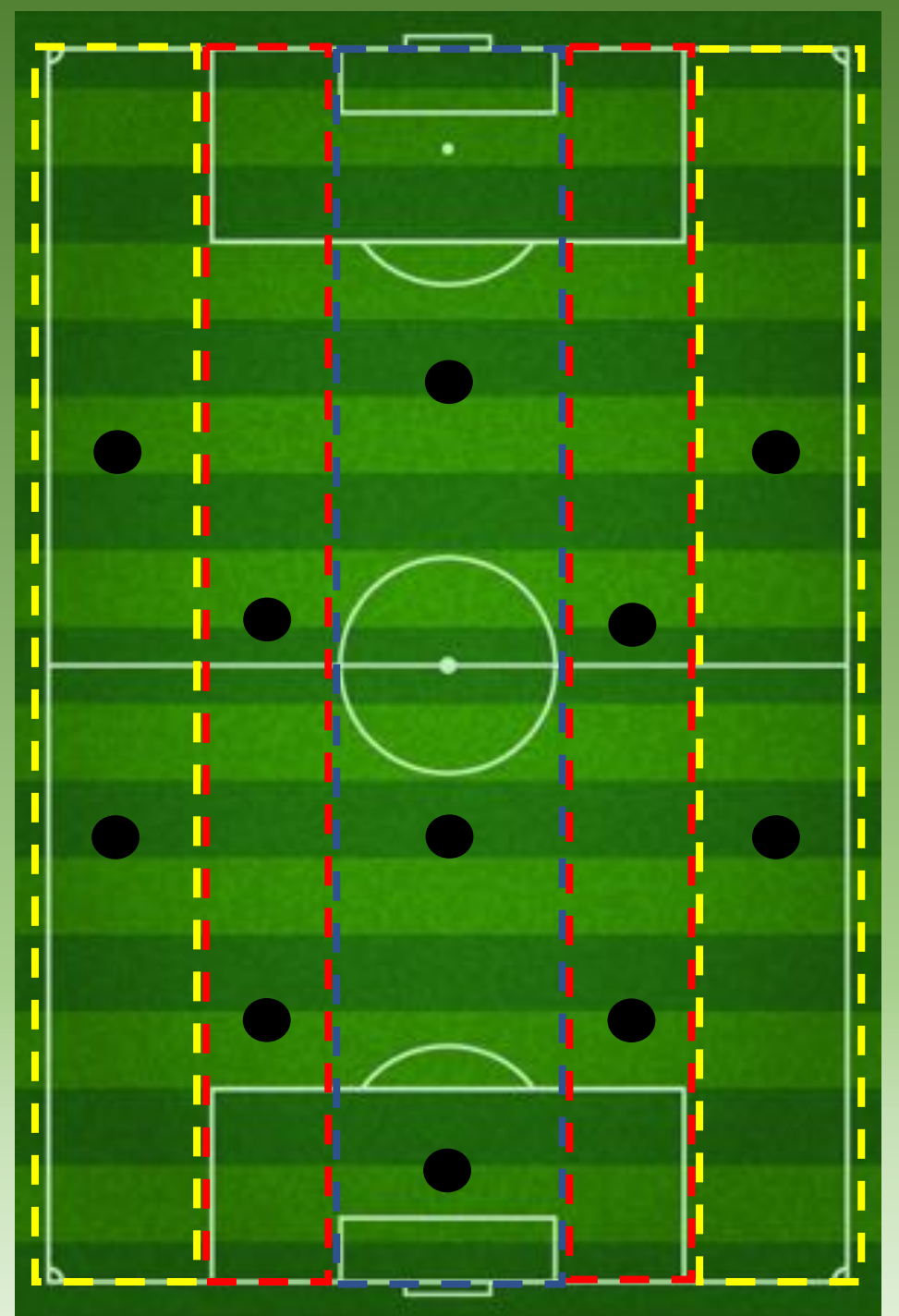
③ 片方のサイドにボールを運ばせる

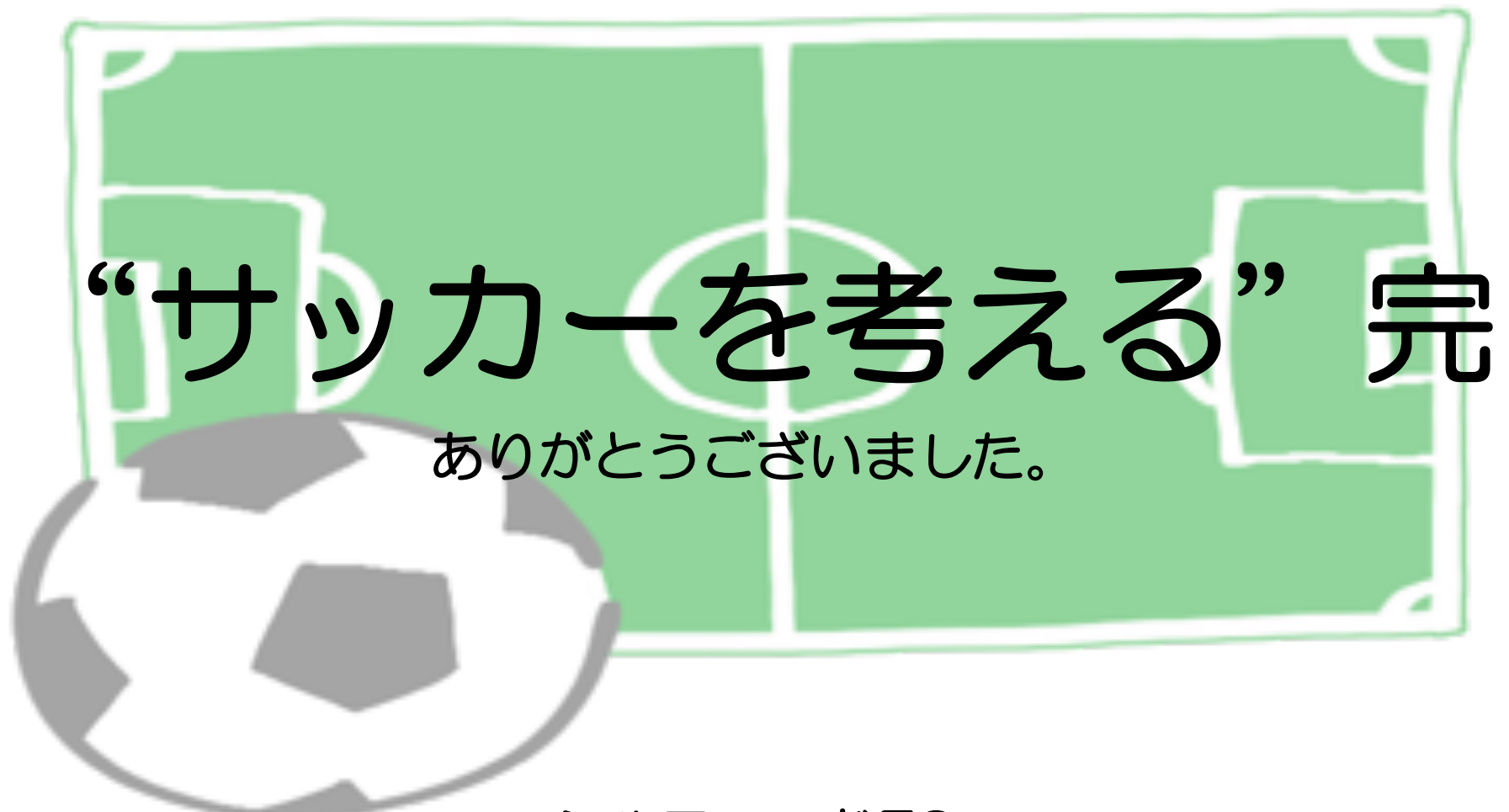
④ サイドから進ませない

⑤ 広いサイドへ展開させない

+ α .列（レーン）について

- 列（レーン）とは？
 - ・フィールドを縦に割る考え方のこと
- 何が変わる？
 - ⇒ 味方同士でななめの関係が作りやすくなる
- メリットは？
 - ・相手チームが守りにくくなる
 - ・パスが通りやすくなる
 - ⇒ ななめの関係は同一視野に入れにくく、DFは立ち位置や体の向きが困る





“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