

実技6, 「じゃまじゃまサッカー3」

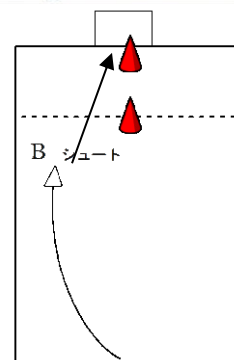
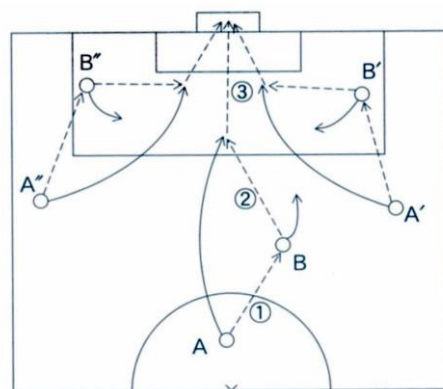
「じゃまじゃまサッカー3」では、2人のコンビネーションによるパス→シュートの練習になります。パスをもらって、正確なシュートにつなげていくための身体の動かし方、パスの受け方、パス出しのタイミングなどの学習をします。

(1) 準備運動

各グループで、ウォーミングアップ（感覚づくり）を始めます。適当にするのではなく、リーダーがメニューを決めて、それに基づいて行うようにしましょう。

(2) フロントパスからのシュート練習（上図）

- ①AがBにパスし、ゆっくり動き出す。Bのボール処理状況を見ながら、パスが出せると判断したら、スピードを上げる。
  - ②BはAの走るのを見ながら、ボールをトラップし、左足でタイミングを合わせて、Aの走る少し先へパスを出す。
  - ③Aはリターンパスを受けてシュートする。この動きで、BからAへのパスがつかならなかった場合は、Aのボール処理に合わせてBはパスをもらってシュートできるように動く。
- 必ず、2人でパスをつなぎシュートで終わることを目標にする。



○2人のコンビネーション⇒シュート（コーンを立てて相手ディフェンスに見立てる。）（中図）

※シュートはインサイドで蹴るようにする。うまくなってきたら、2タッチ→1タッチのシュートを目指す。

(3) じゃまじゃまサッカー3（グループ対抗）右図

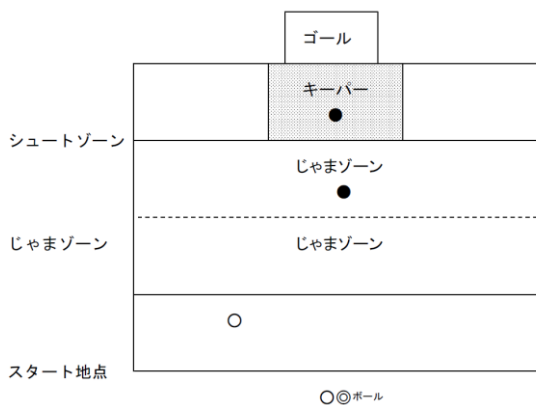
攻め

- ・チームの中で2人組を作る。ペアは順次入れ替わる。
- ・じゃまゾーンでシュートしてもよい。
- ・2人組のペアが攻撃をしてからシュートを決めるまでの時間は10秒以内。
- ・シュートが成功するか、失敗するか、10秒以上経った場合、次のペアが攻撃をする。
- ・パスを出す人は交互にかわる。先にいる人がパス出し、後から来た人がシュート
- ・攻撃は2分

守り

- ・じゃまゾーンが広がる。
- ・一人（ディフェンス）がじゃまゾーンで動く。
- ・一人（キーパー）は斜線の部分では手を使うことができる。
- ・ディフェンスとキーパーは攻めと同じ組み合わせで、毎回変わるようにする。

※得点の記録は、見学班が分かれておこないます。



試合	1コート	2コート	得点記録
1	1 対 2 = 対 (原田・竹) (石原)	3 対 4 = 対 (武田) (河合)	5班
2	2 対 3 = 対 (鈴木・河合) (野澤)	1 対 5 = 対 (磯部) (齋藤)	4班

(4) 授業の振り返りをする。