

実技「リーグ戦1-① 5対5のゲーム」

前回は、人数が少なくて合同チームを作ってゲームをした班もありました。しかし、リーグ戦を行う以上、班ごとの競い合いを行うのが当然であり、とりわけ、作戦を他の班に知られては、作戦づくりをする意味が失われます。そこで、人数が少なくても、少ない班の方の人数に合わせてゲームを行うようにしたいと思います。

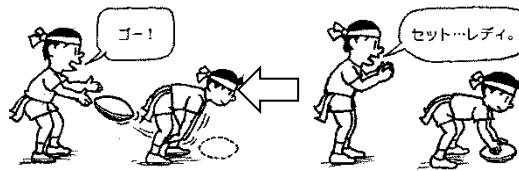
今回は、リーグ戦の振り出しに戻り、初めに予定されていた計画通りにゲームを行いたいと思います。また、作戦カードをしっかりと理解せずに、行き当たりばったりのゲームをしている班もありました。折角作った作戦カードなのだから、ポジションを確認して自分の動きを理解してからプレイするようにしましょう。

(1) 5:5の作戦練習

<オフェンス>

①スナップバックの練習

ボールを送り出すとプレイが開始する。



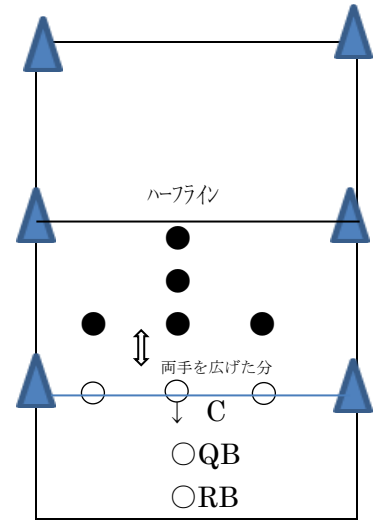
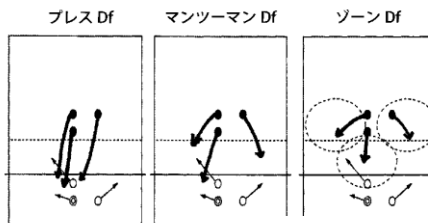
②それぞれ個人の作戦の練習

・フォーメーションとポジションの確認とその練習。(全部で5通りの作戦)

カードを見なくても動けるようにする。覚えてしまうまで何度も繰り返す。

<ディフェンス>

今日のディフェンスは(プレス、マンツーマン、ゾーン)、フォーメーションとポジションの確認とその練習。ゲームごとに試してみる。



(2) リーグ戦1-①

今回からリーグ戦が始まります。ゲームの始まりは審判(リーダー)が行う。

※ダラダラしないこと！特に移動

【得点】(前期と同じ)

- ・タッチダウン6点、(ファーストダウン1点)
- ・エキストラポイント(5ヤード・1点、12ヤード・2点)
- ・セーフティー・2点 インターセプト後のタッチダウン・2点

【ルールの確認】

- ・スナップバックでプレイが始まる。・攻撃は3回連続で行う。3回以内にハーフラインを越えると更に3回の攻撃ができる。
- ・パスプレイで、インターセプトされると、攻守が入れ替わり、攻撃権が移る。

【ファウル】

- ・明らかなラフプレイ(審判が判断)、10秒ルール⇒5mの後退になります。
- ・~~ハドルの時間オーバー(1分ルール)⇒1回の攻撃を失う。~~
- ※作戦を確かめてからプレイを開始してほしいので1分ルールはなしにします。



対戦相手・コートと審判班

1コート		2コート	
1班 対 2班 (審判 6班)		4班 対 3班 (審判 5班)	
6班 対 5班 (審判 1班)		2班 対 4班 (審判 3班)	

(3) 作戦の修正と今日のまとめ

<オフェンス>

ゲームを通してうまく行かなかった作戦は、作り替えます。自分に見合ったよりよい作戦を決めます。

<ディフェンス>

今日行ったディフェンスはどうだったのかを総括。

※コミュニケーション HowTo 「トランプの話」

<審判の班の役割>

- 審判 (1人) リーダー
- 線審 (2人) スクリーメージラインに立つ
- 計時 (1人) 10秒、1分ルールの確かめ
- 記録 (1人) ビデオを撮る (プレイごと)