

第26回「スポーツーサッカー」

2021.11.26

準備・片付け3班

「1次リーグ戦の振り返り&グループ練習」

前半は、1次リーグの心電図から、データの整理を行います。特に、人によって触球数に差があたり、シュートをしていない人がいることが分かります。また、初めに立てた目標にどれだけ迫れたかの反省もしましょう。データを洗い出し、チームの課題を見つけてください。

次に、今回は守りのフォーメーションを確立したいと思います。攻めから守りの隊形にすぐに切りかえる練習を行います。時間が限られているので、練習時間を確保できるように前半の話合いをさっさと進めましょう。

(1) 1次リーグ戦の振り返り (心電図から)

①作業 触球数、シュート数、シュート成功数を調べる。

・毎回の心電図から記録を記入 (GPは除外)

→平均触球数、平均シュート数に注目

②データからわかることを挙げる。

③・良かった点・反省点⇒特に4人の攻撃はどうだったのか?

④チームの目標に迫れたのか?

- ・新しいグループで掲げた目標に迫れたのかどうか?
- ・達成度は何%?
- ・2次リーグ戦に向けての改善・強化

(2) 2次リーグ戦に向けて 攻撃～守備のシステム練習

<自分たちの攻撃の形 () 型>

・4人の攻めのフォーメーションから、守備のフォーメーションを決める。

攻め

- ・4人の動きについて共通理解をする。
 - ・MFが中央に寄りすぎるので、外側でボールをもらいに行く意識。
 - ・中央へパス (センタリング) →シュート
- (パスをもらったらどう動くか? ボール保持者以外の動きが大切)

守り

- ・守りのフォーメーションについての共通理解。
- ・誰がどこに動くのか?

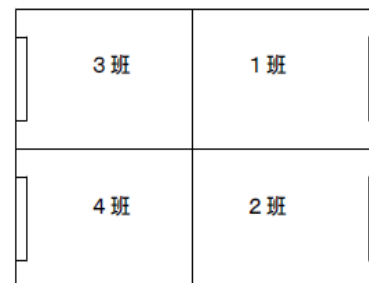
(3) グループ練習

- ①4人のフォーメーションの確認
- ②DF→MF (センタリング) →FW (DF) の練習
- ③守りのフォーメーションの確認
- ④攻めから守りの練習

<ゼッケンと役割の確認>

役割	1 ピンク	2 オレンジ	3 緑	4 ブルー	役割
リーダー	2 鈴木	1 原田	7 木村	11 石井	チームの話合いを中心になって進める。ウォーミングアップの内容の決定、ゲームの課題を見つけ、それを克服するための練習計画を2人が中心になって立て進める。
副リーダー	6 村上	黒木	9 棚橋	3 河合(隼)	
心電図	7 中村	2 磯部	3 石原	4 山田	・ゲームを観て、1人がアナウンスを行い、1人が心電図に記録する (他のチームの試合時)・データ集計を行う。(自分のチーム)
アナウンス	10 野澤	4 河合(貴)	石本(木村)	9 渡邊	
審判	8 前田	5 武田	5 竹	10 小林	ゲームの審判を行う。

練習時



- ・練習時はフットサルのゴールを使用。それぞれの場所で練習を行う。
- ・ゲームの前に、必ず4人の攻めの形を再確認すること。

() 型

