

連動性とゲームスピードを養う ポゼッションサッカー



～作陽高校 ボールと選手が自在に動く～ **DVD No.524-S** | 全4枚 33,600円/各枚 8,400円 (税込・送料別)

チームの ダイナミズムを 育成する!

このシリーズでは、第85回全国高校サッカー選手権大会において、選手が変幻自在に動きチーム全体が連動して動くポゼッションサッカーで準優勝を遂げた作陽サッカーをご紹介します。作陽高校を全国トップレベルに育て上げた野村雅之監督の緻密にして大胆に選手を動かすサッカーは必見です。特出した選手がいないチームが目指すべきサッカーの指針となるシリーズではないでしょうか?

チーム全体をダイナミックに動かすサッカーをご覧ください。

◎ 作陽流鬼ごっこムービングポゼッション

◎ スペースの作り方とスペースの埋め方



指導・解説 | 野村 雅之(作陽高等学校サッカー部監督)
実技協力 | 岡山県/作陽高等学校サッカー部

詳しくは裏面の
各巻ご紹介欄を
ご覧下さい!! ➡

524-1 | ステップワーク&ボールコントロールドリル

524-2 | 鬼ごっこ



ステップワーク



ボールコントロール

... 49min.



スペースを空ける鬼ごっこ



スペースを消す鬼ごっこ

... 46min.

524-3 | 2人組&3人組の突破

524-4 | 4人組の突破&ゲーム



流動的な3vs1①



ムービングポゼッション

リズムをもって
動きながらボールを運ぶ

... 50min.



ムービングポゼッション

パスコースの優先順位



REPLAY

フルコートゲーム

... 44min.

ジャパンライムのホームページ

<http://www.japanlaim.co.jp/dm>

メール会員登録募集中!

お申し込み方法

- 送料は何巻でも525円となっております。ご希望のDVD No.を指定し、電話かハガキ、もしくは、FAXにてお申し込みください。
- 表示価格は消費税込みの価格です。
- ホームページからのお申し込みもできます。

【記入例】

DVD No.
お名前
ご住所/TEL
お勤め先/TEL

お支払い方法

- 到着日指定の「代金引き換え」の宅急便でお送りしております。
- 学校公費及び教育機関、また個人研究費などでご購入の場合、必要書類は、担当者までお申し付けください。
- カード(JCB、VISA、AmericanExpress、MASTER、DC、UC、UFJ、NICOS、イオンクレジット、ダイナース、クレディセゾン、東急TOP&カード)もお取り扱いできます。(分割可)

●お申し込み・お問い合わせはお気軽に!

JLC ジャパンライム株式会社

03(5840)9980

〒113-0033 東京都文京区本郷5-25-14 本郷竹下ビル4F

FAX.03(3818)6656

連動性と チームのダイナミズムを育成する!

ゲームスピードを養う ポゼッションサッカー



各巻の
内容
を
ご
紹
介
!!

～作陽高校 ボールと選手が自在に動く～

DVD No.524-S | 全4枚 33,600円/各枚 8,400円 (税込・送料別)

524-1 | ステップワーク&ボールコントロールドリル

チームの基本となるステップワークとボールコントロールをご紹介します。選手個人に身につけさせて、全体のレベルアップを図ります。ウォーミングアップとしても使用可能なので、ドリル形式で毎日の練習に組み込んでみてはいかがでしょうか。

■ステップワーク

- *ボール無し
 - ・スキップ
 - ・ボディフェイント
 - ・ジャンプスキップ
 - ・スリーステップスキップ
 - ・ラインダンスステップ
- *ボールあり
 - ・スキップタッチⅠ
 - ・ボディフェイント
 - ・ボディフェイント→シザース
 - ・スクリーンターン
 - ・スキップタッチⅡ



49min.

■ステップ&ボールコントロール①

- *リフティング
 - ・スキップリフティングⅠ
 - ・ショートバウンドリフティング
 - ・スキップリフティングⅡ
- *ボール交換
 - ・軸足でスキップしながらボール交換
 - ・ステップを踏んでターン→ボール交換
 - ・スキップしながらインサイドボレー
 - ・スキップしながらアウトサイドボレー

■ステップ&ボールコントロール②

- *ドリブル
 - ・スキップのステップ（2ステップ/3ステップ）を入れたドリブル（全10種）

■ボールコントロール

- *2人組ボールコントロール
 - ・2人向かい合ってボール交換（全7種）

524-2 | 鬼ごっこ

この巻では、『スペース』をキーワードにした鬼ごっこを紹介します。現在のサッカーは非常にコンパクトなスペースでゲームが展開されています。いかにスペースを作りスペースを攻めるか、またいかにスペースを埋めて相手の攻撃を封じるか、が勝敗のカギとなります。このスペースの使い方とどんな相手や戦術でも対応可能なチームになることが出来るのです。

■スペースを空ける鬼ごっこ

- *6人組→7人組
 - ・鬼の観察（距離感）
 - ・鬼との駆け引き
 - ・ステップワーク
 - ・コース取り（曲線で逃げる）
 - ・味方とのポジションバランス
 - ・状況判断
 - ・正確なファジーポジション



46min.

■スペースを消す鬼ごっこ

- *5人組→6人組
 - ・相手の位置/視野をずらす動き
- *10人組（鬼1人）
 - ・スペース認知
 - ・失敗の原因を互いに確認（自己主張/分析）
 - ・DFライン統率の意識
 - ・選手間でのコミュニケーション
- *11人組（鬼2人）
 - ・選手間でのコミュニケーション
 - ・コーチング/カバーリングの重要性
 - ・失敗の原因を互いに確認（自己主張/分析）
 - ・オフサイドラインの駆け引き

524-3 | 2人組&3人組の突破

「連動性」をキーワードに2人組と3人組の突破を紹介します。作陽サッカーはチーム全体が変幻自在に連動して動き、突破を試みます。その基礎として2人・3人組での突破からムービングポゼッションへ移行し複数の動きを組み合わせしていきます。いくつかの動きを使用することで相手からは変幻自在に連動している様に映る訳です。まずは連動性の基礎を学び、選手の「動きの引き出し」を増やします。

■2人組の突破

- *2人組での動きづくり
 - ・ドリブル
 - ・スルーパス
 - ・ワンツー
 - ・クロスオーバー
 - ・シザース
 - ・スイッチ
 - ・オーバーラップ
- *2vs2



50min.

■3人組の突破

- *流動的な3vs1
 - ・パスアンドゴー
 - ・パスアンドシザース
 - ・パスアンドチェンジ
- *ムービングポゼッション
 - ・リズムをもって動きながらボールを運ぶ
 - ・パスコースの優先順位
 - ・相手にとられそう、とられない位置（コース）へのパス（シェイプ）
 - ・前方向（攻撃方向）を意識したパスと動き出し
- *3vs2①
- *流動的なムービングポゼッション
 - ・シザース等を使って選手が流動的に動きながらボールを運ぶ
- *3vs2②

524-4 | 4人組の突破&ゲーム

この巻では、今まで紹介してきた練習法の応用と確認を行います。まず、4人組の突破でチームとしての連動性を身につけます。選手が練習意図を理解し判断をしなければなりません。選手が自然と動き出すための練習の完成形です。それをいかにチームとして高めていけるかがポイントとなります。これまで行ってきた練習をフルコートゲームでどのように活かしていくかをご覧ください。

■4人組の突破

- *突破の為の動きづくり
 - ・バサー1人+トライアングル3人の連動した動き
 - ・パスアンドシザース
 - ・パスアンドダイアゴナルラン
- *流動的な4vs2
- *ムービングポゼッション
 - ・リズムをもって動きながらボールを運ぶ
 - ・パスコースの優先順位
 - ・相手にとられそう、とられない位置（コース）へのパス（シェイプ）
- *4vs3



44min.

■フルコートゲーム

- *ステップワーク/ボールコントロール/鬼ごっこ/
2～4人組の突破等を含む実践的なゲーム練習
- *野村監督による解説付き

連動性と
ゲームスピードを養う
ポゼッションサッカー

