

賢守創攻 クオリティーの高いトレーニング

目指すサッカーを実現するための4つの柱

球際	個とグループで球際をマイボールにする	・予測する・身体の当て方、使い方・フタとプレスバック・ハイボールの対応・相手より先に触る
トランジション	瞬間切り替えの習慣化	・予測する・距離感を意識する・連鎖的同時性(ボール中心の選手、ボール付近の選手、ボールから遠い選手)
ハードワーク	意図的な運動量	・走り負けない・追い越してゴールに迫る・ゴールを守る・ポジションに関係なくボールを奪うゴールを奪う・ゴールを守る・プレイングの連続性・横スレ縦スレ・奪うチャンスを見逃さない
スピード	速く走る・速く判断する	・ランニングフォームの向上・OFFで優位にたつ・認知-判断-実行、そのプロセスのスピードをアップ・認知-判断を元に実行の効率的なスピードの緩急・チーム戦術を共通理解し、チームプレーのスピードを上げる

目指す選手像を実現するための行動指針



- 1[マインド]**～「挨拶」「感謝」「思いやり」の心を常にもつ～
人より先に立ち止まって元気よくあいさつをする。人、物、与えられた環境に感謝する。人のことを思い、人のために行動できる。
- 2[セルフマネジメント]**～「スケジュール」「体調」「食事」「持ち物」の管理する～
サッカーで最高のパフォーマンスが発揮できるよう、あらゆる自己管理を行う。
- 3[コミュニケーション]**～人とのコミュニケーションを積極的に図る～
自分の意見や考えをもち、それを他者に伝える。他者の意見にもしっかりと耳を傾ける。
- 4[チャレンジ]**～失敗を恐れずチャレンジし、成功や失敗の原因を考える～
常に「なぜ」という意識をもち、考えることをやめない。
- 5[パッション]**～本気を出す～
自分の仕事に対する情熱と責任をもって一人一人がリーダーシップをとり、最後まで全力でやり抜く。
- 6[ドリーム]**～世界に目を向けて夢を持ち続け、決してあきらめない～
自分に自信と誇りをもち、最高の自分を思い描いて努力し続ける。

プレー原則(共通実践事項)

攻撃のプレー原則	
プレースタイル	プレー原則
攻撃	<p>優先順位の共有 ⇒縦方向・背後のスペースへの「アクション」と「ロングフィード」 ⇒足元でパスを受けるためのスペースを創る</p> <p>バランスのとれたポジショニング ⇒幅と厚みと高さ/タイミングよく動く/スペースを共有する</p> <p>数的優位を活かした組み立て ⇒トライアングル(3角形)/2vs1を創る ⇒GKを活かす ⇒ボールの動かし方(狭いスペース→広いスペース) ⇒offのよい準備(観る/身体の向き/ギリギリの判断)</p> <p>ゴール前の崩し ⇒ゴールへの仕掛け、フィニッシュ力、クロス精度 ⇒ダイアゴナルラン/スペースを創る・共有/判断のスピード</p>
◆常にシンブルにゴールを目指す。(※シンブル4)その上で、ボールを大切に保持する。GKを活用しながら、主導権を握り、B-upしていく。	
◆ゴール前では、多彩な攻撃とクリエイティブなプレーの組合せで相手を崩す。	
※シンブル4 奪って4本以内のパスでフィニッシュに到達すること	
◆ボールを中心としたコンパクトな陣形と運動したプレッシングで意図的・組織的にボールを奪う。	

守備のプレー原則	
プレースタイル	プレー原則
守備	<p>判断の共有(意思統一) ⇒前線からのプレッシング/集団での同時性・運動性 ⇒1stDFの重要性</p> <p>バランスのとれたポジショニング ⇒厚みと集結(プレスバック)/数的優位 ⇒3ラインの任務と役割 ⇒奪い所の共有(サイドのスペースに追い込む)</p> <p>相手のロングフィードに対する最終ラインの準備と対応 ⇒ボール状況の予測と判断(雲行き) ⇒チャレンジ&カバー/背後のスペースのGKとの連携</p>
◆ボールを中心としたコンパクトな陣形と運動したプレッシングで意図的・組織的にボールを奪う。	
◆すべての局面において、球際の強さと粘り強い守備。	



グローバルサッカー

～宮崎から世界へ～

2027宮崎国スポ 少年男子サッカー育成プロジェクト始動

2027年の宮崎国スポに向けて、その時対象となる現小学5年生を特化して宮崎出身の選手を育成・強化を図り5年後、宮崎県で開催される2027年国スポにおいて少年男子サッカー優勝を本気で目指すプロジェクトである。



2027宮崎国スポ優勝!
宮崎からJリーガー・日本代表輩出!
宮崎のチームをJリーグへ昇格!

けん しゅ そう こう

賢守創攻

「球際・トランジション・ハードワーク・スピード」

トレーニングで磨いた心・技・体と蓄積された戦術メモリを駆使して、賢く守り、創造的な攻撃を繰り広げる。