



サカみち

少年少女育成 サッカーコミュニティ





サカみち

チームでもスクールでもない新しい育成の形
サッカーコミュニティ『サカみち』で子供の成長と一緒にサポートしませんか？
子供の自立を目指す3つのバリューと6つのSOCCERで1年間を通して
『観る・考える』学びから自然と考動できる育成を目指します。



サカみちの3つのバリュー

【Wonder】

～驚きのある発想～
自ら考え行動できる
選手

オン・ザ・ピッチ

・自分で判断しプレーする

オフ・ザ・ピッチ

・準備と片付けを進んでする

【enjoy】

～みんな 楽しく～
ポジティブな声をかけられる
選手

オン・ザ・ピッチ

・仲間に前向きな声をかける

オフ・ザ・ピッチ

・コミュニケーションをとる

【Good】

～良いチャレンジをする～
チャレンジの姿勢を持つ
選手

オン・ザ・ピッチ

・自分の良い所を出し

自身を持ってプレーする

オフ・ザ・ピッチ

常に学ぶ気持ちを持つ



サカみちのSOCCER

Scheduling

目標を決めて逆算したスケジュールの作成

Organize

学びや発見のある練習メニュー

Coaching

導き引き出せる声掛けを目指す

Core language

分かりやすい共通の言語を使用

Enjoy

楽しく、楽しめる

Run

走る(様々な動作、運動を組み込む)





サカみちで目指すプレースタイル

攻撃

自ら状況を判断し、
状況にあった最適な
チャレンジとフォロー
をする

切り替え

次の状況を予測し
瞬時に切り替える

守備

自らポジションを探し
待ち構えず積極的に
ボールを奪いにいき、
仲間をカバーしあう



学び

Group Enjoy

攻撃2局面
守備1局面
外中の意識
前と後ろの意識

1人から2人
2人組での連携

Group Zeal

攻撃2局面
守備2局面
外中のプレー
1, 2, 3列目の意識

3~4人
グループでの動き

Group Dream

攻撃2局面
守備2局面
切り替え含む
ポジションの意識

状況とポジション
個の選択
全体の中での役割



楽しく学ぶプレー原則(個人戦術)

組み立て

ゴールを奪う

守備

各グループの学びに合わせた人数と状況に合わせてプレー原則(個人戦術)を学ぶ





Enjoy (U8)

W-UP	TR1	TR2	GAME
コーディネーション	戦術原則理解	戦術技術取得	テーマに合わせたルール
10min	15min	15min	20min

or

W-UP	1vs1 (+1)	GAME
コーディネーション ボールフィーリング	テーマと状況に合わせた1対1	状況にあったオーガナイズとルール
15min	20min	25min



Zeal/Dream (U10/U12)

練習前	W-UP	TR1	TR2	or Small Game	Game
自主 サッカー	テーマを 意識させる コーディ ネーション	テーマに 関連した 技術	状況と あわせた 1vs1 (+α)	ミニゲーム or ポゼッション (状況+ ポジション)	ゲームで チャレンジ
15min	10min	15min	15min	20min	30min



ニジカケカップ

ニジカケカップ

人数
3vs3
or
4vs4
個人参加可

コートサイズ
20-25m
×
30-34m
1or2ゴール制

ルール
フェアプレー
シュートゾーン
プレー再開
オリジナルルール

Presented by
サカみち

Mail: sakamichi.sports@gmail.com



ニジカケカップ

目的
サッカーを通じ子供達が楽しみながら
成長に繋がるきっかけを築く事
ピッチ内外問わず、観て、感じて、選んで、決断する
自立にチャレンジする環境を目的とする

**コート
人数**
・コートサイズは少年用ピッチの約4分の1
20-25m×30-34mを目安とする
・ゴールから約8mラインをシュートゾーンとする
試合人数 3vs3 or 4vs4 とする

ルール
基本的には子供同士のフェアプレーを促していきます
サイドアウトはパス又はドリブルインで再開
ゴールキックはシュートゾーンからボールが出たらスタート
相手はゴールキック時はハーフライン、
ゴール後は自陣シュートラインへ下がる
CKは無し CK2回又は3回でPKとする
その他詳細については当日ご案内致します。

Presented by
サカみち

Mail: sakamichi.sports@gmail.com

