

3 サッカーの授業における試合方法に関する一考察

千葉大学教養部保健体育教室

菊池武道、宮本酉嗣、山口 晃

I. はじめに

大学の教養課程でおこなわれている体育実技は、さまざまな教材をもとに実施されている。その中でも球技関係の種目が多数をしめ、指導者はそれぞれの種目を通して、授業効果を得るため努力している。

本研究はその中のサッカーの種目について、授業の中でおこなわれる試合方法について考察するものである。

サッカーの楽しさを満喫するには、試合がもっとも大きな影響力をもつと考えられるが、時間的にも制約された授業の中では、正規のルールにのっとった試合だけに頼っていることもできない。また、体育の目的の一つである体力面の向上にも寄与できる手段としての考慮もなされなければならない。そこで今までいろいろおこなわれてきている簡易的な試合方法をも含め、試合を通して体力・技術の両面に効果ある試合方法について検討を加えるものである。

II. 測定方法

1) 対象

C大学の一般教養課程における体育実技の後期サッカー種目の授業を履習した学生を対象としておこなった。この授業の中で、つぎのような4種類の試合を同一学生におこなわせた。

- ① 11人制サッカー（正規のルールでおこなう試合）
- ② 8人制サッカー（グラウンドが正規の $\frac{1}{2}$ の大きさでおこなう試合）
- ③ ガーデンフットボール
- ④ サロンフットボール >（ミニサッカー連盟のルールによる試合）

これらの試合時間は、休憩5分をはさむ前後半12分合計24分間に統一した。

2) 測定項目

フィールドプレイヤーが試合中に動きまわる移動距離とその時いろいろな技術を使用してボールに触れる数をボール参加回数とし、これらから4種類の試合の内容を検討した。

表I 試合結果

測定対象チーム : 相手チーム	
11人制サッカー	1 ($\begin{matrix} 1 \\ 0 \end{matrix} : \begin{matrix} 0 \\ 0 \end{matrix}) 0$
8人制サッカー	5 ($\begin{matrix} 2 \\ 3 \end{matrix} : \begin{matrix} 1 \\ 2 \end{matrix}) 3$
ガーデンフットボール	2 ($\begin{matrix} 0 \\ 2 \end{matrix} : \begin{matrix} 1 \\ 1 \end{matrix}) 2$
サロンフットボール	4 ($\begin{matrix} 3 \\ 1 \end{matrix} : \begin{matrix} 0 \\ 0 \end{matrix}) 0$

表Ⅱ 試合中の移動距離

(フィールドプレイヤー1人当り)

	前 半		後 半		合 計	
	平均 <i>m</i>	S・D	平均 <i>m</i>	S・D	平均 <i>m</i>	S・D
11人制サッカー	1,014	244・6	1,010	295・8	2,024	520・6
8人制サッカー	1,170	136・8	1,134	159・7	2,304	292・3
ガーデンフットボール	1,127	114・9	1,049	67・3	2,176	117・0
サロンフットボール	980	204・3	952	171・7	1,932	369・7

Ⅲ. 結果と考察

試合の成績は、表Ⅰに示すとうりである。測定対象チームは、3勝1分0敗と、やや良い結果となった。

フィールドプレイヤーが試合中に動いた移動距離は、表Ⅱに示すとうりである。試合中1人当りの平均移動距離は、最少がサロンフットボールの1.932m、最大が8人制サッカーの2.304mとそれぞれ試合形態が異なっても、約2.000m前後とあまり違いがみられなかった。

小・中・高校生¹⁾²⁾の全国大会のサッカー試合の選手の平均移動距離は、それぞれの試合時間に違いがあるが、5分間の平均が421mから541mと云われている。サロンフットボールは5分間の平均が376mで、やや少ない移動距離であった。また他の3試合は24分間と短い試合時間での移動距離であったが小・中・高校生の全国大会とほぼ同じ移動距離で活発な動きのもとで試合が展開されていたとみることができる。

しかし、選手個々の移動距離は、11人制サッカーが最大2,744m(ハーフバックの選手)、最少1,322m(フルバックの選手)とその差1,422mで約2倍ものひらきがあった。これは試合内容からして勝ち試合のためフルバックの守備の負担が少なかったこと、とともにグラウンドの大きさに影響されたものと思われるが、ポジションにより、役割をはっきりと分担していることがうかがわれる。また、最も試合規模の小さかったサロンフットボールでは、11人制サッカーの移動距離の標準偏差521mについて340mと2番目に大きな値を示した。このことは、ただ単にグラウンドの大きさ、プレイヤーの人数が少なくなることにより、選手個々が平均して良く動きまわることにはつながらないようである。今回の4種類の試合の比較だけで見ると、試合規模が中庸である8人制サッカーとガーデンフットボールは11人制サッカーやサロンフットボールに対して標準偏差が292m、117mと小さく、また1人当りの移動距離も大きく全員が良く動いた試合になっている。学生の体力面での効果的運動刺激を試合に求めたとき、試合中の移動距離を一つの指標とするならば、授業では試合規模の中庸な8人制サッカーやガーデンフットボールなどが最も効果的な試合方法であると思われる。

試合中のボール参加回数は、表Ⅲに示すとうりである。選手1人当りの平均ボール参加回数は、グラウンドの大きさなど規模が小さくなるにしたがい多くなり、11人制サッカーが平均19.1回に対し、サロンフットボールが52.8回と約2.5倍にもなっている。このように試合規模の違いによりボール参加回数が異なるが、移動距離と同様に11人制サッカーとサロンフットボールの標準偏差がそれぞれ7.43回と11.03回で選手個人により若干差がうかがわれる。これはボール参加回数が多い者が移動距離も多いという活動量でボールに触れる機会を多く作っているということではなく、サロンフットボールで

は移動距離が1,482mと最も少ないプレーヤーがボール参加回数62回と最も多い場合もあり、プレーヤーの技術レベルが少なからず影響し、特に11人制サッカーやサロンフットボールなどの試合では顕著にあらわれたものと思われる。これに対し、ポジションや選手個人の技術の差などによる影響があるものと思われるが、8人制サッカーやガーデンフットボールは11人制サッカーやサロンフットボールほど選手個人に差がみられず、全選手のボール参加が均一化されているのがうかがわれる。

ボール参加の際、その使用技術についてみるとボールを直接キックすることが多かったのは11人制サッカーで回数全体の約40%もあり、これに対し他の3種類の試合は20%の範囲と少なかった。また、ボールをコントロールしようとしてトラップの技術が関与する参加回数は、ミニサッカーなどボールの特色が少なからず影響するであろうが、試合規模が小さくなるほど多くなり、サロンフットボールは全体の約50%以上にもなっている。このように試合規模によりボールをあつかう技術に差がみられることは、試合の流れに特色があることを意味し、11人制サッカーはボールを前に蹴って走るスタイルとなり、ミニサッカーの2試合は各選手のボール参加回数が多いこと、またコントロールしやすいボールであることなどから、パスが主体の試合展開になっていることがうかがわれる。

表Ⅲ 試合中のボール参加回数

(フィールドプレイヤー1人当り)

		トラップ ドリブル キック	トラップ ドリブル	トラップ キック	トラップ	ドリブル	キック	ヘッド	その他	合計
11人制 サッカー	\bar{X}	2.5	1.2	2.1	1.2	1.4	7.1	1.0	2.6	19.1
	S.D	2.00	1.75	2.13	1.40	1.90	2.92	0.82	1.51	7.43
8人制 サッカー	\bar{X}	2.0	2.0	2.9	3.6	1.3	6.3	1.0	5.3	24.3
	S.D	1.15	1.15	2.34	3.21	1.60	2.87	1.15	2.50	4.61
ガーデン フットボール	\bar{X}	4.6	2.4	5.2	2.8	1.4	6.6	0.2	7.0	30.2
	S.D	3.78	1.95	2.77	1.30	1.14	4.56	0.45	2.92	4.21
サロン フットボール	\bar{X}	7.0	4.8	9.8	6.5	1.3	11.3	0.8	11.5	52.8
	S.D	3.56	2.99	1.71	1.00	1.50	5.12	0.96	5.07	11.06

サッカーの楽しみ方は個人により異なるが、やはりボールをコントロールし、チーム全体として有機的に連携プレーがなされ、一致協力して攻守にあたり、最終目標である相手チームのゴールへシュートする。そのためには個人のスタンドプレーでなく、たとえば8人制サッカーやガーデンフットボールにみられるように、全員がボールに参加する機会が多い試合形態などは、短時間でしかも制約されたグラウンドで多くの試合をおこなわなければならない授業での試合方法としては、最も適切な試合方法の一つであるものと思われる。

IV. まとめ

体育実技の授業においておこなった4種類の試合の結果、つぎのような特徴がみられた。

- 1) 24分間の試合中のフィールドプレイヤー1人当りの移動距離は、4試合ともほぼ同じく2,000m前後であった。しかし、11人制サッカーとサロンフットボールは移動距離に個人差が大きかったのに対し、8人制サッカーとガーデンフットボールは全員が均等に走っている特色がみられた。