

令和7年度 東陽中学校サッカー部年間活動計画

年間目標	誰からも愛され、応援されるチーム（人間）になる。			
活動日 及び 活動時間	平日 【夏季】	3月1日～10月31日 16:00～18:00（月火木曜日）	休日	トレーニング、トレーニングマッ チ。または、休養日。
	平日 【冬季】	11月1日～2月29日 16:00～18:00（月火木曜日）		
休養日	① 毎週水曜日、土曜日、日曜日のいずれかで最低週2回を完全休養日とする。 ② 毎月1回の学校全体の休養日を設定する。			
主な 活動予定	月	活動等	参加予定大会等	
	4月	個人戦術 サッカーとは 原理原則を知る		
	5月	個人戦術 攻撃セッション ドリブル、パス、シュート	東京都サッカー選手権大会区予選	
	6月	個人戦術 攻撃セッション パス&コントロール	東京都サッカー選手権大会区予選	
	7月	個人戦術 守備セッション 同一視、周りを観る、先に考える	（東京都サッカー選手権大会）	
	8月	個人戦術 守備セッション マークの受け渡し、チャレンジの優先順位		
	9月	チーム戦術 攻撃セッション 突破の習得、幅と厚みの理解		
	10月	チーム戦術 攻撃セッション 活動性の習得、即興性のイメージ作り	東京都サッカー新人大会	
	11月	チーム戦術 守備セッション ディレイの習得、集団集結のスピード		
	12月	チーム戦術 守備セッション バランスの習得、自制		
	1月	チーム戦術 4局面の理解 攻守におけるトランジションの獲得	サッカーフェスティバル参加	
	2月	チーム戦術 フィニッシュの精度 ゴール前の攻防、クロスの攻防	サッカーフェスティバル参加	
	3月	チーム戦術 ビルドアップからの崩し ポゼッションによるリズムチェンジ	サッカーフェスティバル参加	