

「判断」は選手の持ちもの

【選手がピッチ上で考えるプロセス】

1. プレーの原則 / サッカーという競技の理解
2. 認知 / 知覚した上で判断したり解釈する過程
3. 選択 / 目的にかなうものなどを選ぶ
4. 実行 / 実際に行う事 (技術が必要)

【個人戦術の基本】

□攻撃

- ・ look around, think before

常に周囲を窺て、次に何が起こりそうか予測し、なすべきプレーを考えておかなければならない。この習慣はサッカー選手に必要な不可欠なもの。

- ・ パスを受けるための動き

スペースづくり (フリーになる)	make space
パスを受けるタイミング	move at the right moment
ボールを呼ぶ声	ask the ball

- ・ ボールに寄る

相手より早くボールに触る事は、ボールを奪われない為に欠かせないプレー。一度失ったボールを奪い返す事は大変な労力が必要である。サッカーで一番大切なことのひとつは、ボールを奪われない事。

- ・ ボールを弾ませるな / ゴールへの方向性を持った正確なワンタッチコントロール

ボールを弾ませてはならない。ボールに寄って正確なボールコントロールをする事。特にワンタッチの正確なコントロールは極めて重要で、次のプレーの善し悪しはファーストタッチで決まると言っても言い過ぎでは無い。次の局面をさらに有利にする為の質の高いコントロールが大切。

- ・ pass & go

パスの後、全ての仕事が終わってしまったごとく立ち止まっている悪習慣が身についた選手は問題。相手より僅かでも早く次のプレーに移らなくてはならない。パスしたその足が、次のプレーの第一歩となる習慣を身につけなくてはならない。

- ・ サポートと動きのバランス

サッカーのグループ戦術とは何か。常に局面において、数的優位をつくることであり、味方を孤立させないことに尽きる。その際大切なのは、味方をサポートする動きの多様性である。サポートする選手同士が、異なった動きをしてバランスよい動きをすることである。

- ・ ショート、ショート、ロング (チョップ、チョップ、アザーサイド)

短いパスを繋いで、相手を引きつけておいてから、逆サイドのフリーなスペースを突破するのはサッカーの大切な戦術である。その際大切なのは、正確なキックと短いパスを繋いでいる時のサイドチェンジの発想。

- ・ スタフェルン (ゴール前への詰め形)

ゴール前の詰め形の甘さは、得点の可能性を低くする。ゴール前の詰め方は、①ニアポスト、②ファーポスト、③ブルバックの最低3つのコースを確保しなければならない。また、ギャップを作る事も必要である。これもポジショニングのバランスが肝心。

【攻撃時の優先順位】

1. シュート
2. ボールを運ぶ (ドリブル or パス)
3. ボールを奪われない

【パスの優先順位】

1. 相手の背後 (裏) を取る
2. 自分より前方の選手、出来れば前を向かせる
3. 相手に奪われない位置へ (相手より遠い足へのパス)

□守備

・マークの3原則

1. マークする相手選手と自陣ゴールを結ぶライン上のポジションをとる（ポジショニング）
2. マークする相手選手にボールが渡る前に、ボールが奪え、かつ裏を取られない距離にポジションをとる（アプローチの厳しさ）
3. マークする相手とボールが同時に見える位置にポジションをとる（ボールと相手に対する視野の確保＝同一視）

・チャレンジの優先順位

1. インターセプト（ディフェンスの目的を達成させる最高の方法。リスク管理し、失敗を恐れずに、積極的に行う）
2. ボールコントロールした瞬間を狙う（ディフェンスの目的を達成させる次善の方法）
3. 振り向かせない（ボールは奪えないが、相手の次のプレーを封じる方法。間合いを考える）
4. ディレイ&ジョッキー（スピードダウンさせ、相手の次のプレーを制限する方法。むやみに飛び込まない）

・不用なファウルをするな

リスタートからの失点が多い（約 50% とされる）。相手に得点のチャンスを与えるファウルは絶対に無くさなければならない。基本に帰って「良いポジションから相手に対応する習慣」を身につける。

・1対1で負けるな

サッカーに試合は、1対1の戦い（デュエル＝決闘の意）の積み重ねである事は周知のことである。一般的に1試合で1対1の戦いは150～200回あり、その60%に敗れば試合に勝てない。特に守備における、ポジショニングの悪さ、消極的な守備やイチかバチかのアタックは問題である。相手の選手の特徴を読んだプレーを心がけタックルポイントを見逃さないこと。

・マークとカバー（つるべの動き）

サッカーの守備で最も大切なことは、守備陣の背後をつかれないことである。ボールに対する厳しいアプローチとスペース、敵に対するカバーリングが瞬時にコンビネーションよく行われているチームの守備は強い。現代ではコンパクトなゾーンの形成とともに重要な基本。

上記をふまえた上で・・・

ディフェンス時は、まず内側のパスコースを遮断する事。

「ピッチの外から中へ」あるいは「ピッチの中央からゴール前へ」ボールを入れさせない事を第一に考える。

もちろん、相手にプレスをかけ、ボールを奪う事も重要。しかし、ボールホルダーに対して何も考えずに寄せる事が良いプレーではない。

相手の足元からボールが離れていたり、コントロールをミスしたときに、すぐさま奪いに行くべき。

そこで重要なのは・・・「いまは寄せてボールを奪いに行くべきか」「ゴールへ向かうパスコースを切るべきか」

ピッチ内の状況から判断し、より良いプレーを選手自身が選択すること。

【守備の基本コンセプト】

「ラインを保ってディフェンスすること」

常に背後を見て状況を認知し、ディフェンスラインのギャップ（空間のズレ）を調整し、相手と味方の位置を見て、常に立つ位置を調整する

相手チームがボールを持っている場合、守備側はFW/MF/DFのラインを保ちながらピッチ内側へのパスコースを消すための動きをする。

そのベースがあった上で「ボールを奪いに行く」というプレーが威力を発揮します。

組織がない中で個人の判断でボールを奪いに行くとかわされた時に大きなスペースができてしまい、ピンチを招くことになる。

守備の組織コンセプトの共通理解があった上で、どのタイミングでボールを奪いに行くのが良いか？

プレーの順番としては、まず背後を見てピッチ中央へのパスコースを消し、ゾーンを守ります。そして、相手がプレッシャーを感じ、コントロールをミスして足元からボールが離れた時に100%の力で寄せる。ほかにも相手が攻撃方向とは反対（後方）を向いた時も、寄せに行くチャンス。（スピードを出して寄せる）

選手個人の判断をベースにグループとしてどう戦うか！もっともベーシックな守備の個人戦術を身につければ、グループ戦術、チーム戦術、ゲーム戦術と積み重ねられる。