

”個人テクニック“と”集団テクニック“

Técnica Individual y Colectiva

ポジション別 タスク

Tareas por Posiciones

ボランチ編

ボランチの主なメイン原則

攻撃

- ラインバランスを保つ
- サポートを提供する
- 攻撃の構築をする

守備

- ラインバランスを整える
- マークの識別をする
- ボール保持者への守備
- スペースの守備
- 空中線の守備

メイン原則

サブ原則

コンセプト

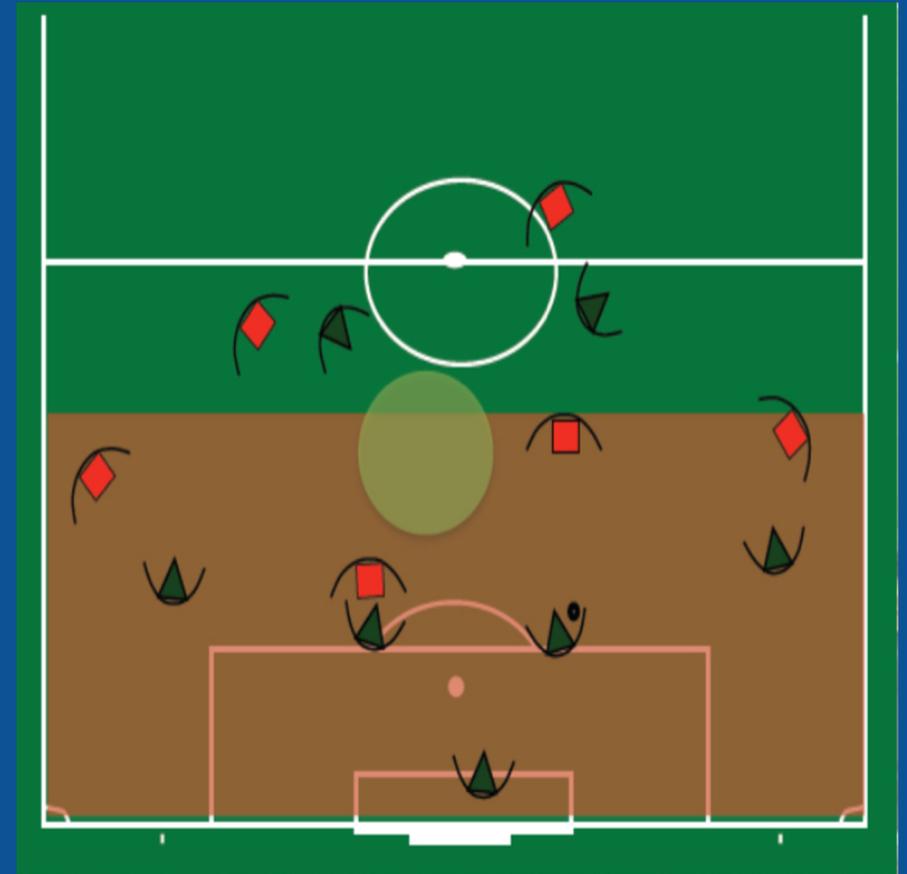
ページの
見方

図

ボランチ編①ラインバランスを保つ

1, DFラインの前のポジションを維持する

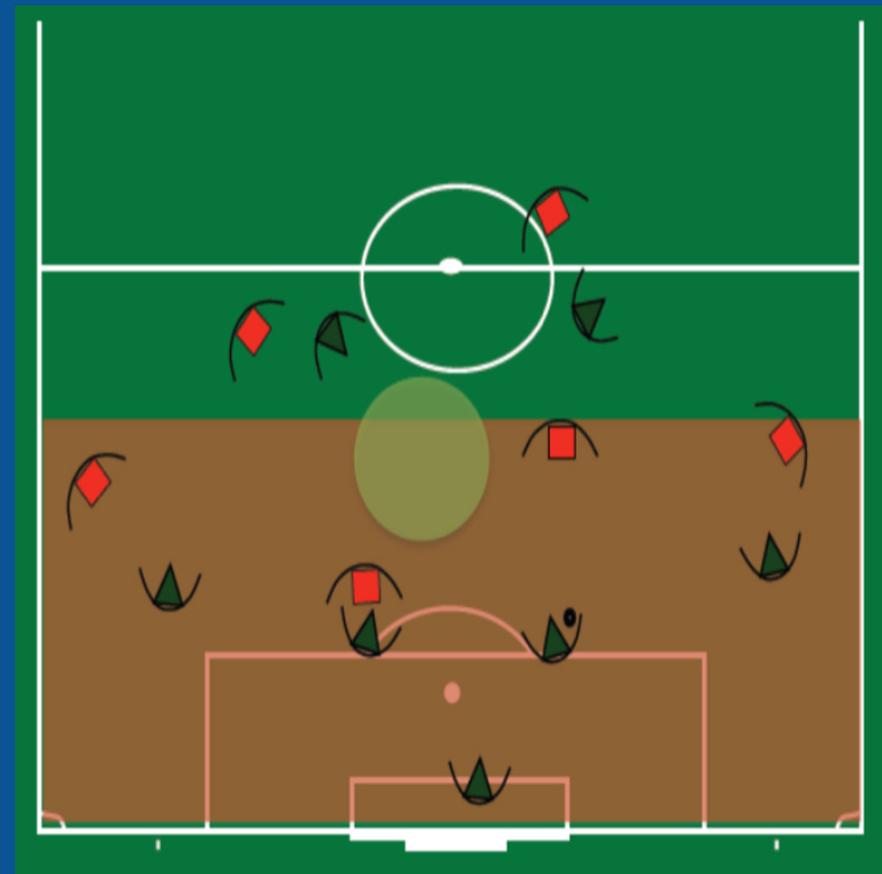
- ボランチはDFラインの前でバランスを維持しなければならない。(最低でも1人)
- この選手は攻撃と守備の選手を繋ぐ役割をする。(攻撃の選手と重ならない)
- 常にパスコースを作ることで、DFラインのポジションを継続させる。
- ボールを失った場合、DFラインに残った3人とボランチの1人がバランスをとる。



ボランチ編①ラインバランスを保つ

2, 守備のバランスをとる

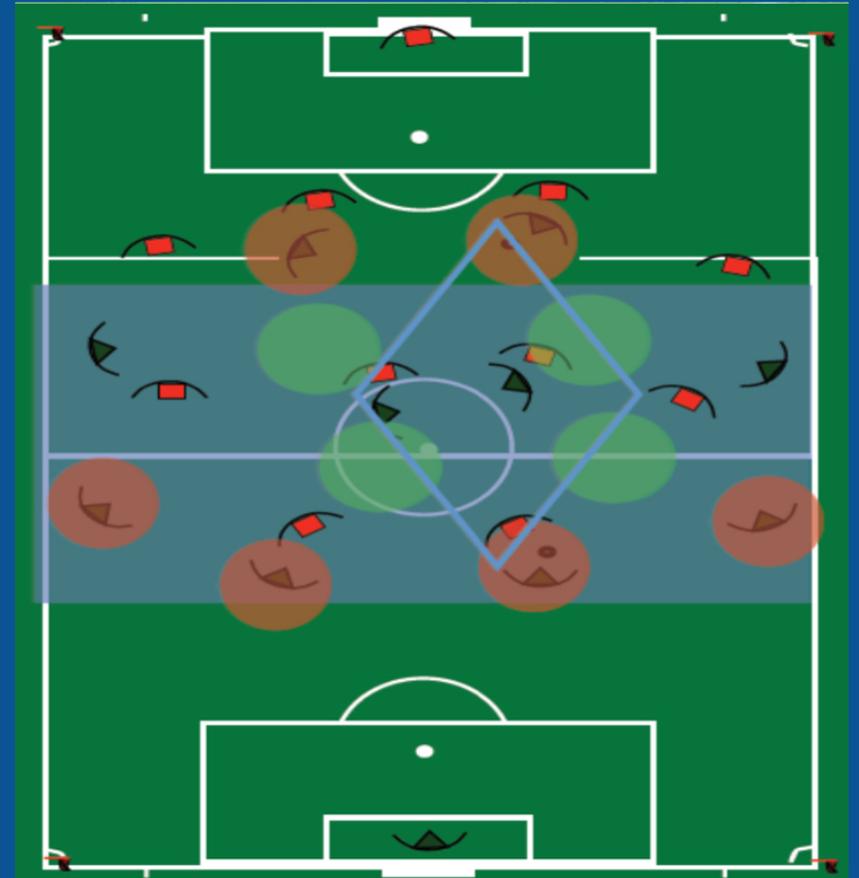
- 考えられる状況
 - センターバックの運ぶドリブルによる前進。
 - サイドバックの前進
 - 両方のサイドバックの攻撃参加。
- ポジションを離れない。
- ボールを失わない。
- 優位性を持つ味方へのパス



ボランチ編②サポートを提供する

1, 前後のラインに対し斜めにサポートする

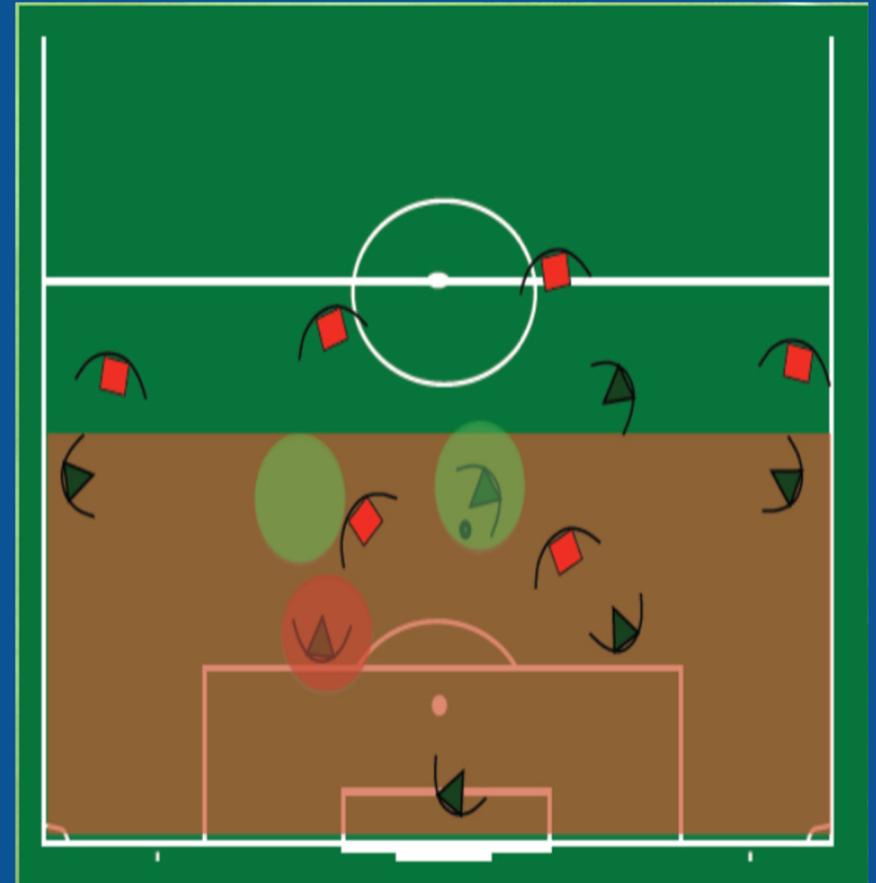
- ボランチは後ろのラインに対し、斜めにポジションを取らなければならない。
 - 斜めにパスコースを作る。
 - 2列目へのパスコースを開ける。
 - 良い体の向きを作るため。
- 相手から遠いポジションにいる場合、適切な体の向きを作り、ファーストタッチで相手を剥がす。
- 2つのラインを考慮する。



ボランチ編②サポートを提供する

2, 相手選手の間もしくは空いているスペースに立つ

- センターバックに対して、相手選手間からサポートする。
- 中へのパスコースを作る。
- DFラインの前で自チームのポゼッションを継続させる。(ポジションは重ならない)
- 相手選手2人を見つけ、その間にパスコースを作る。

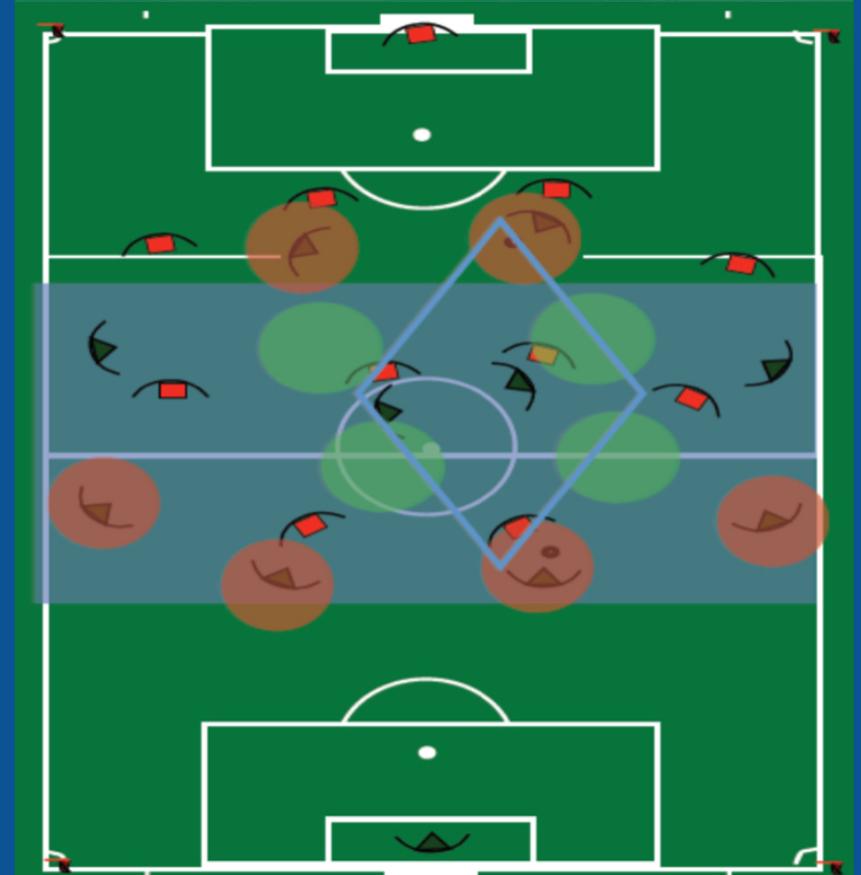


ボランチ編②サポートを提供する

3, ボール保持者に斜めのサポート。 ボール保持者と重ならない

状況：マークされたボール非保持の攻撃の選手
+プレッシャーを受けていないボール保持者。

- 斜めのパスコースを作る（パスコースを消してくる相手選手を引き付けていないため→右図参照）
- 近くの相手を見ておき、その選手を剥がすためのポジションをとる。
- パスの選択肢を持てるまで近く。

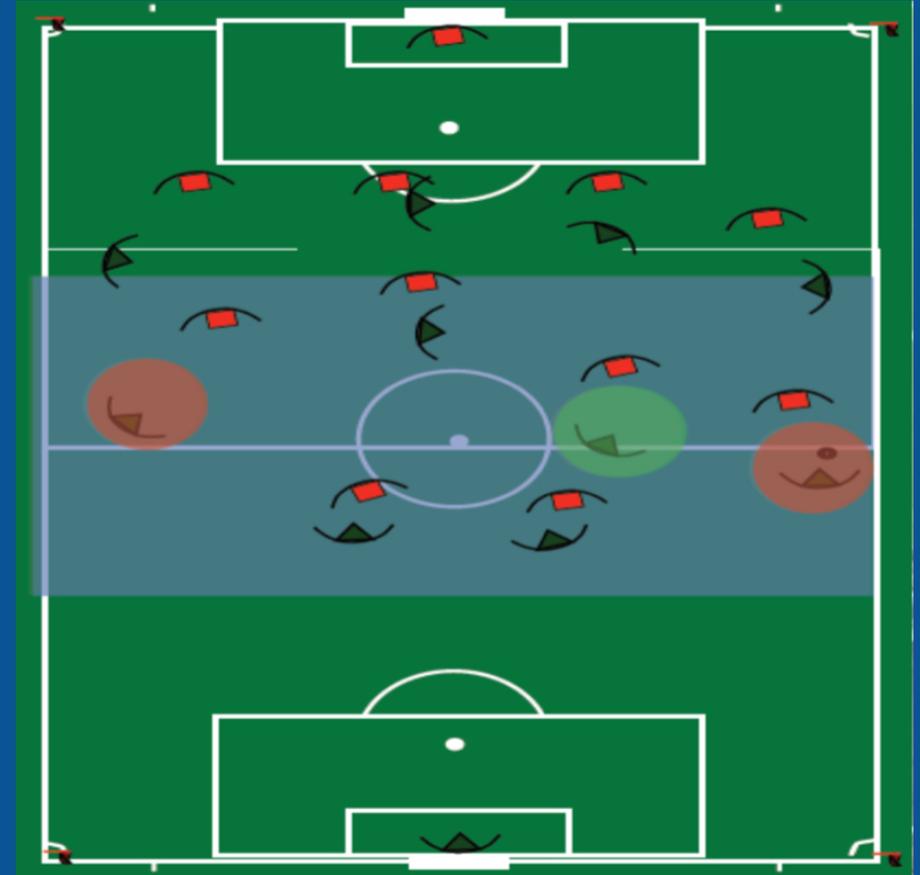


ボランチ編②サポートを提供する

4, 緊急のサポート

状況：ボール非保持の、マークされたまたはマークされていない攻撃の選手+プレッシャーを受けたボール保持者。

- 「緊急のサポート」をする。
- 目的はボールを失わないこと。
- ボールを受けた時、誰に安全なパスが出せるかを知る。

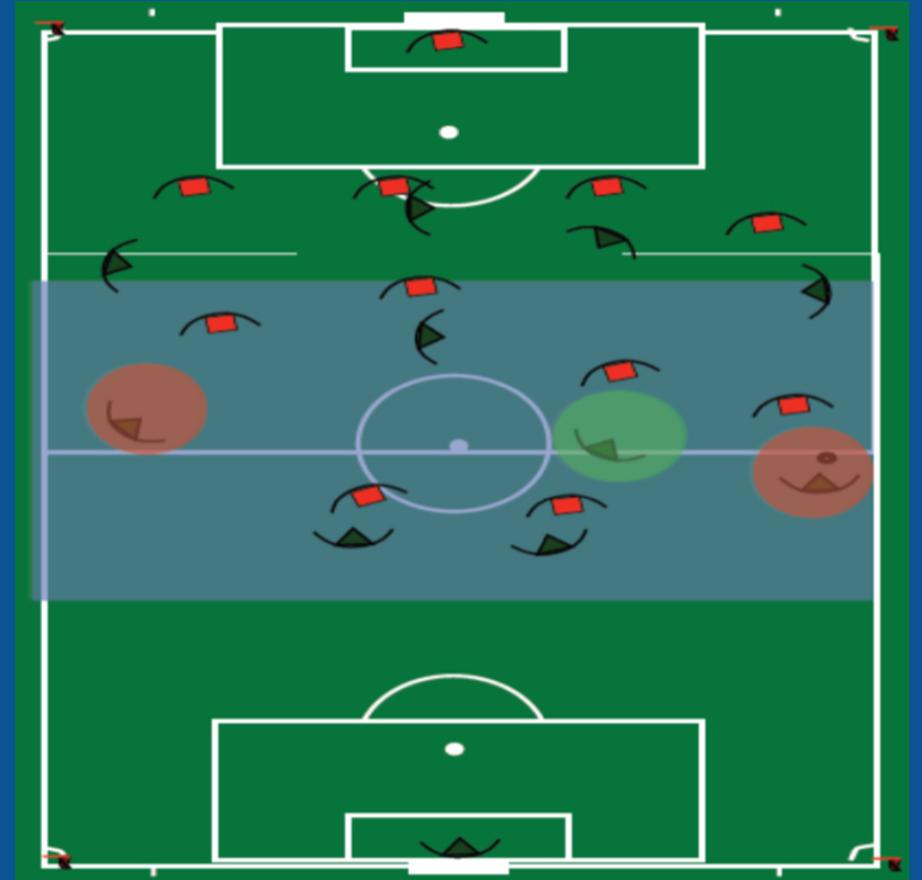


ボランチ編②サポートを提供する

5, ポゼッションを継続するサポート

状況：相手の守備が整っている時

- 相手を突破できない場合、ポゼッションを「継続するサポート」をする。
- 相手のライン間が狭い時。
- ボールを止めない。
- 距離のあるパスコースを1つ作る。（ダブルボランチの場合）



ボランチ編②サポートを提供する

6, 2列目の選手へのパスコースを開ける

状況：プレッシャーを受けている非保持の攻撃の選手+ライン間にいる選手。

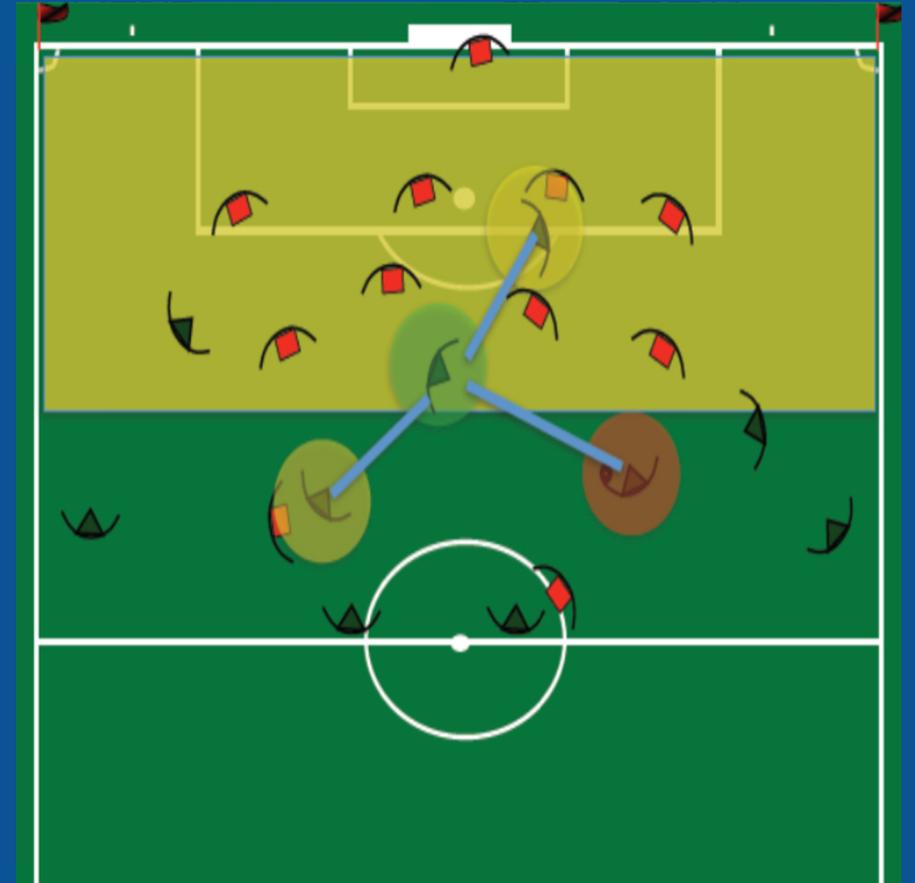
- 自分がマークされている場合、前のラインの攻撃の選手へのパスコースを開ける。
- 前の攻撃の選手へのパスのボールの移動中、3人目の選手として次のパスコースを作る。
(自分のマークを剥がすため)



ボランチ編③攻撃の構築をする

2, 運ぶドリブルや抜くドリブルよりも パスを優先する

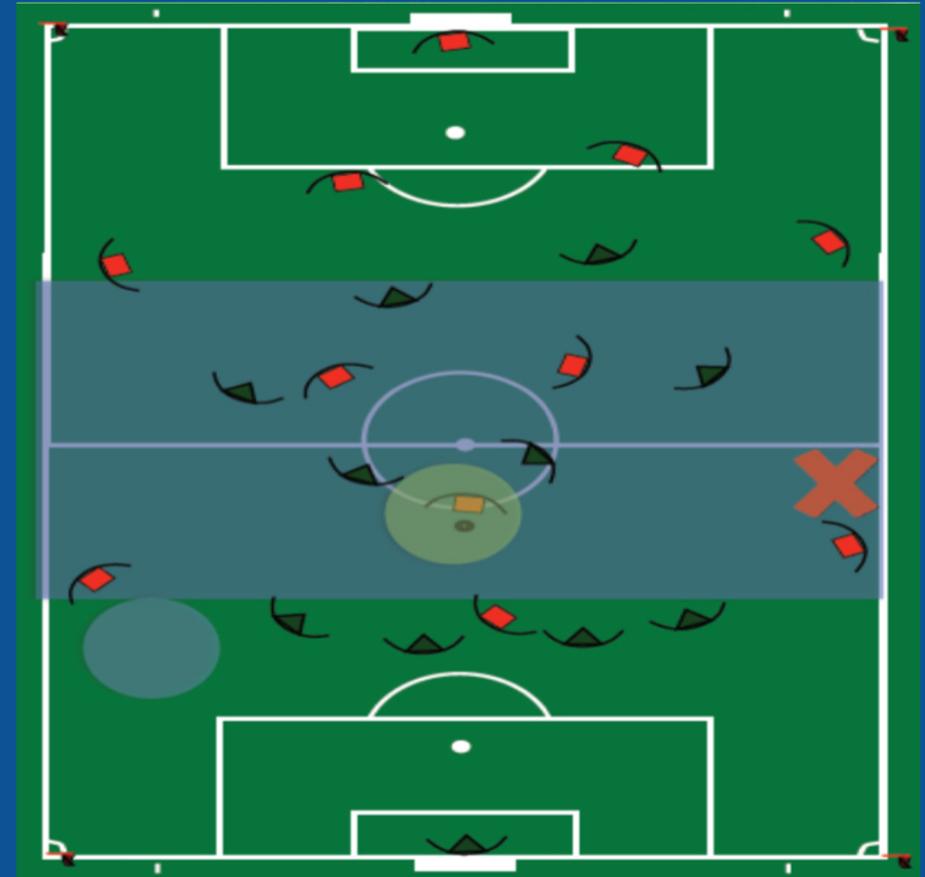
- 味方選手へのパスによって、ボランチは攻撃を整える。
- パスは受けてのプレーを助けるような、優位性を伴わなければならない。
- 運ぶドリブル（ドリブルによってボールロストしても、そのエリアのバランスがとられてる場合に限り）
- ボランチの攻撃参加は成功確率を考慮する。



ボランチ編③攻撃の構築をする

3, 受け手への優位性を伴った正確なパス

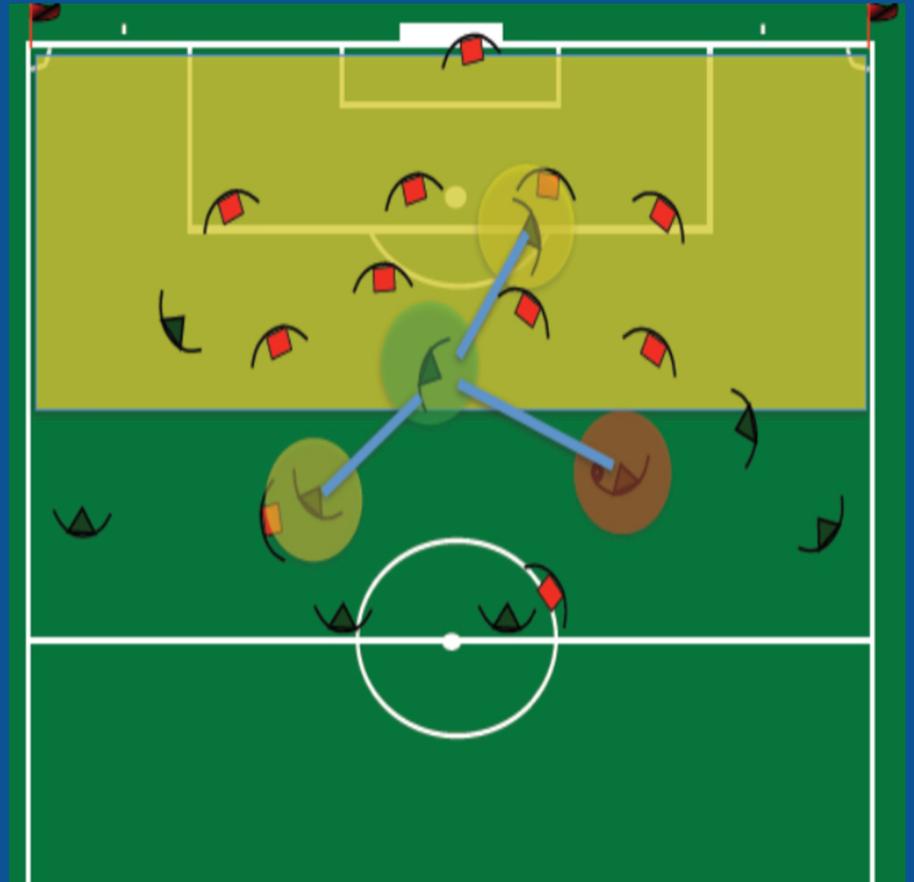
- パスは自チームのプレーを確実にするものでなければならない。
- 攻撃の組み立ての際、リスクを冒さない。焦ってパスをしない。
- スピードが速いパス。
- 受け手を走らせるパス。



ボランチ編③攻撃の構築をする

4, リスクとアドバンテージを考慮した前進のパス

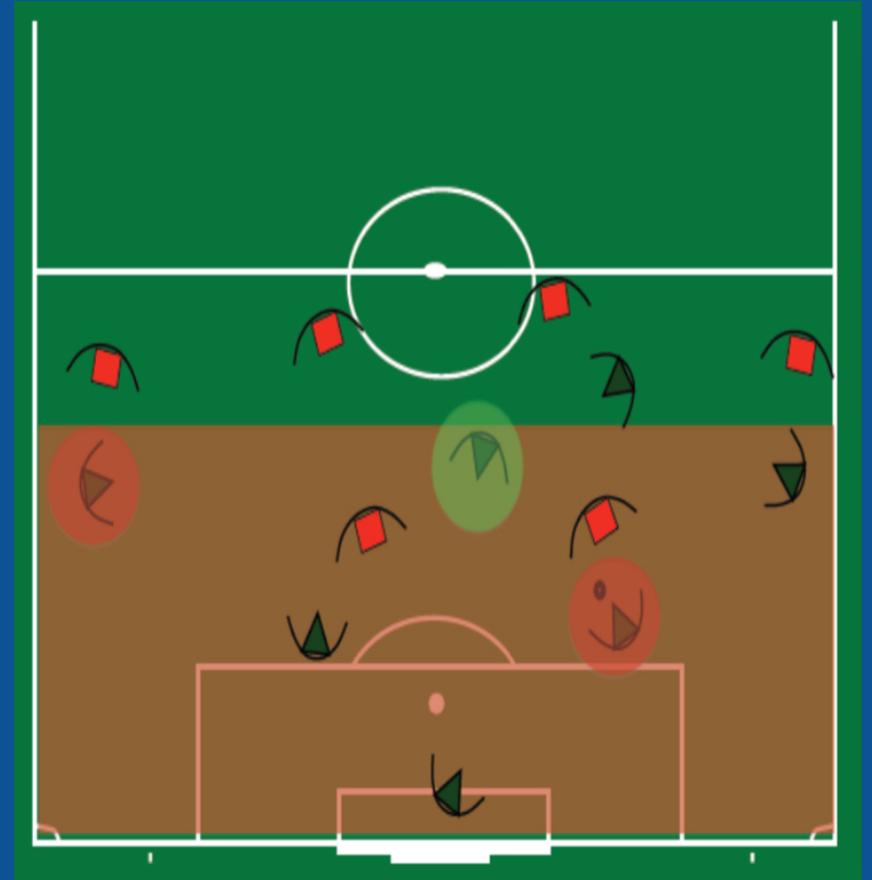
- 可能な限り前進する。
- 相手陣地深くに向かう。
- 攻撃の組み立て中、ボールロストしないよう試みる。
- リスクが大きく優位性の少ないパスはしない。
- 優先順位は、①フィニッシュ、②前進、③ポゼッションの継続



ボランチ編③攻撃の構築をする

5, 使いたいスペースへ向かう

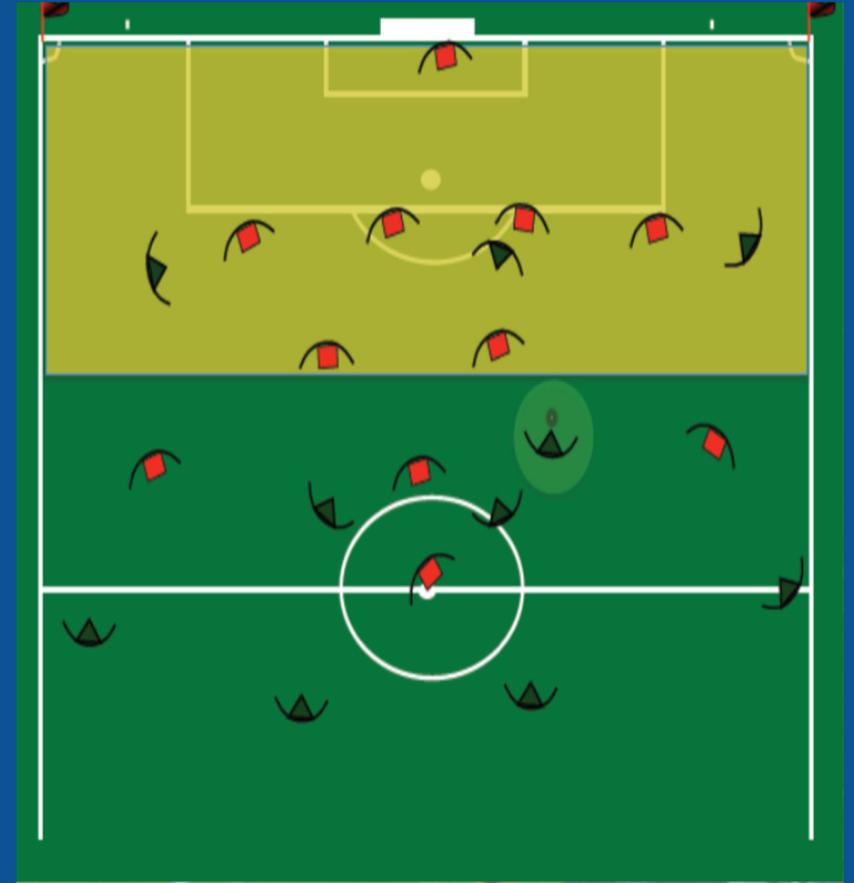
- サイドチェンジを使って、より時間とスペースのある選手へボールを届ける。
- ボランチは相手チームの特別な優位性を分析する。
- 考えられること
 - ボールは必ず直接逆サイドへ届くわけではない。
 - 空いたスペースを作るためにはボールを動かす必要がある。



ボランチ編③攻撃の構築をする

6, 相手を動かすため、ボールを動かす

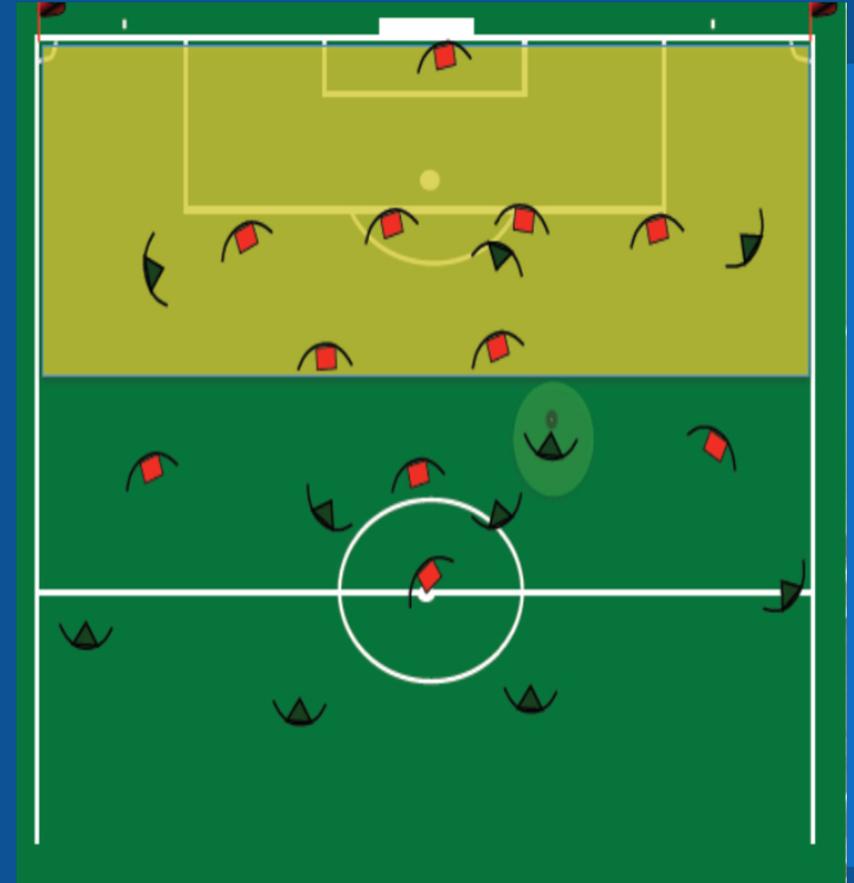
- 相手の守備が整っている場合、ボールを動かして崩しにかかる。
- ポゼッションを継続させるサポート。
- ボール循環の狙いを持つ。
- 攻撃が組み立てていない場合、全選手が与えられたポジションを回復できるよう、パスで時間を稼ぐ。



ボランチ編③攻撃の構築をする

7, パスを出す度に、次のパスコースを作る

- リターンパスをもらえるように、パスの後ボール保持者を再度サポートする。
- パスの方向によって違うサポートをする。
- 相手を最大限動かすためにパスによってプレーし、相手のDFのアクションを難しくさせる。
- 味方に時間を与えるために、運ぶドリブルで相手を引きつける。



ボランチ編④ラインバランスを保つ（守備）

1, 中央のバランスを維持しながら ゾーンディフェンスを行う

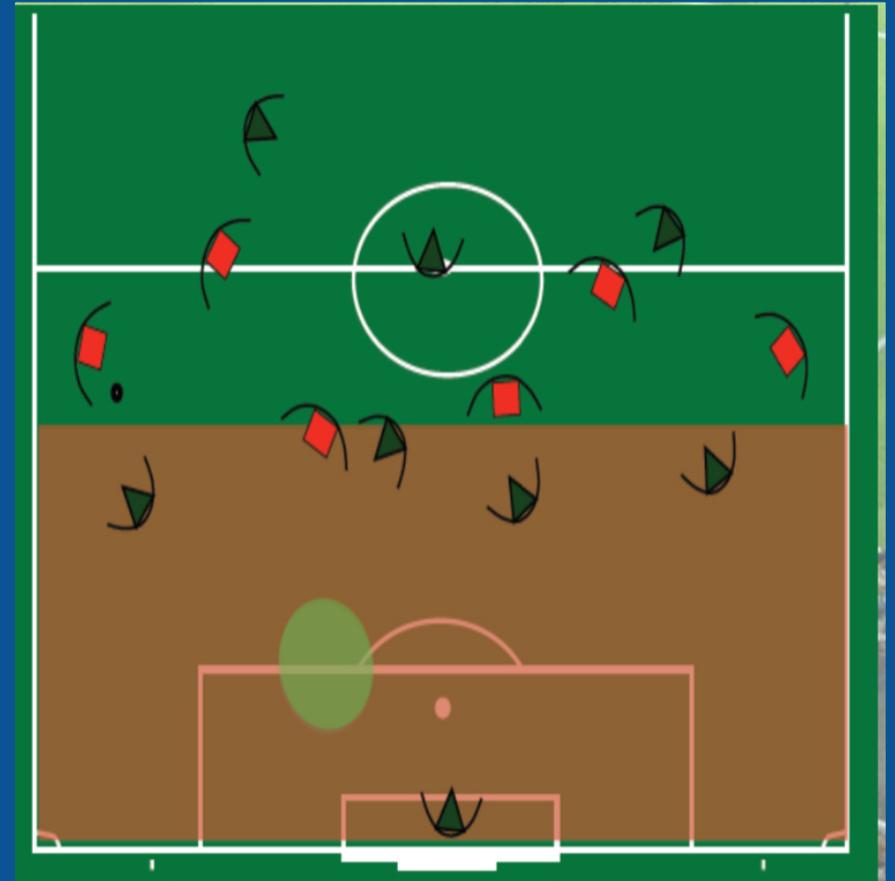
- 相手のライン間でのプレーを防ぐため、ボランチはディフェンスのポジションを維持しなければならない。
- 中央のゾーンでは、最低でも1人のボランチを残す。
- 中央のスペースを閉じる。（背中にいる相手のトップ下を監視する。）
- もう1人のボランチがいる場合、ポジションを出て行っても良い。



ボランチ編④ラインバランスを保つ（守備）

2, DFラインのバランスを取り直す

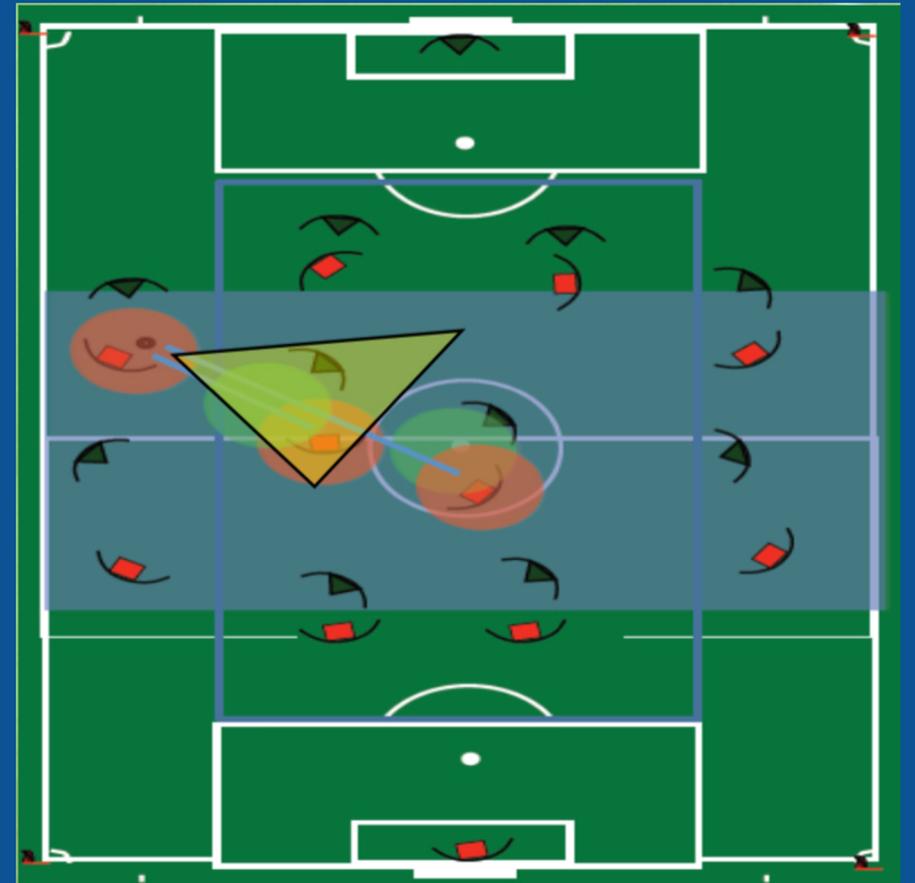
- クロスボールに対し、DFラインの横幅のバランスが崩れている場合、危険なゾーンに最低3人の選手を揃え、バランスを取り直す。
- ボランチはピッチ中央のバランスをとる役目。



ボランチ編⑤マークの識別をする

1, 守備の役割を意識する

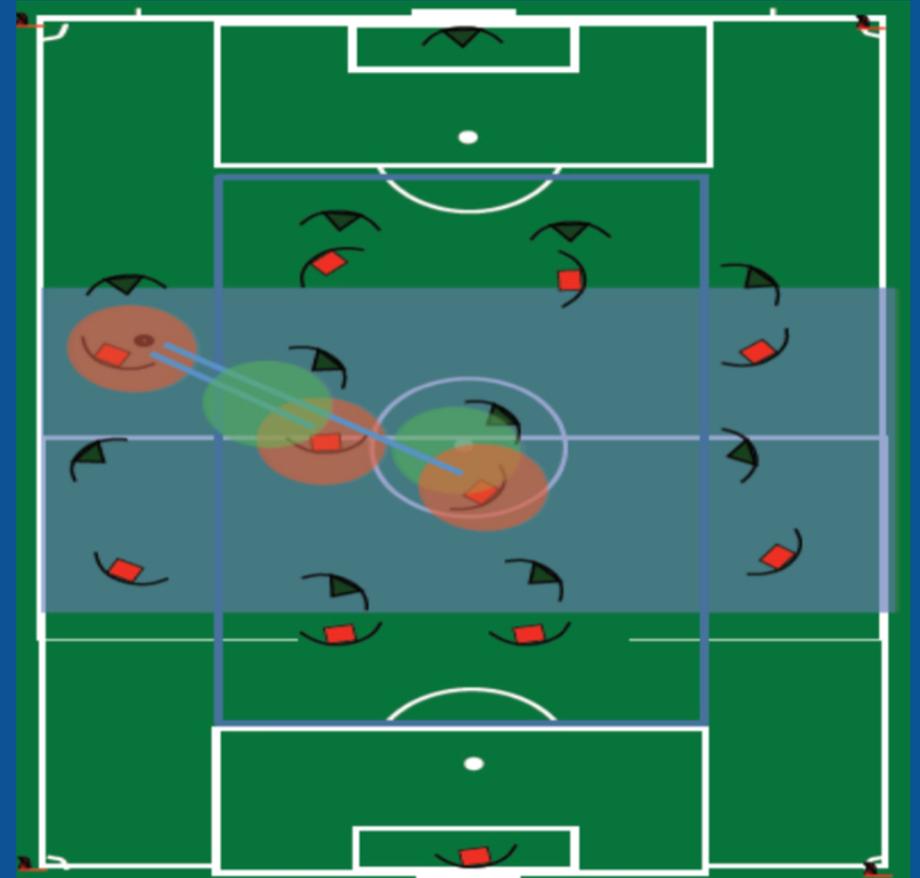
- マークすべき選手を確認し、どのポジションに立つべきかを知る。
- バランスを崩すことなく、前後両方で守備をする。
- 前での守備：マークしている選手への直接のパスをカットする。
- 相手が2トップの場合、その2トップへのパスコースを閉じる。



ボランチ編⑤マークの識別をする

2, ボール保持者がプレッシャーを受けている場合自分がマークしている選手との距離を詰める

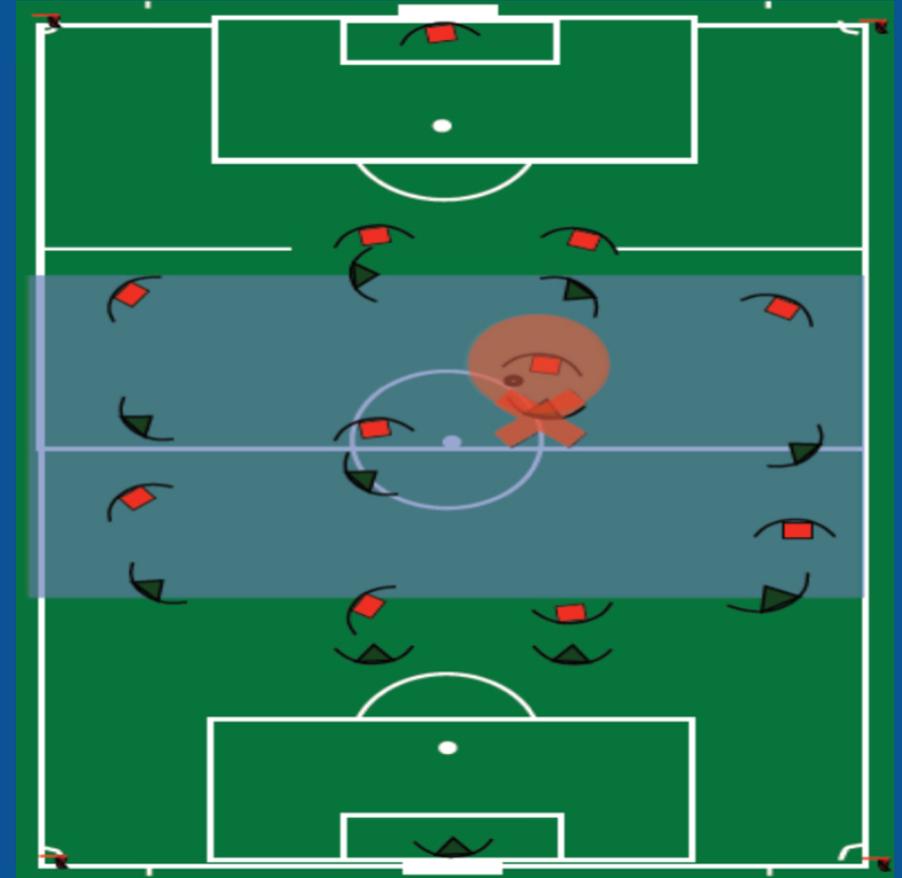
- ボールにプレッシャーがかかっている時、自分がマークしている選手との距離を詰める。
- 距離を縮めることはバランスを維持することに繋がる。
- ボールが相手に届くのと同時にプレッシャーがかけられる距離をとる。
- パスを予測する。



ボランチ編⑤ボール保持者への守備

1, ボール保持者に突破されない

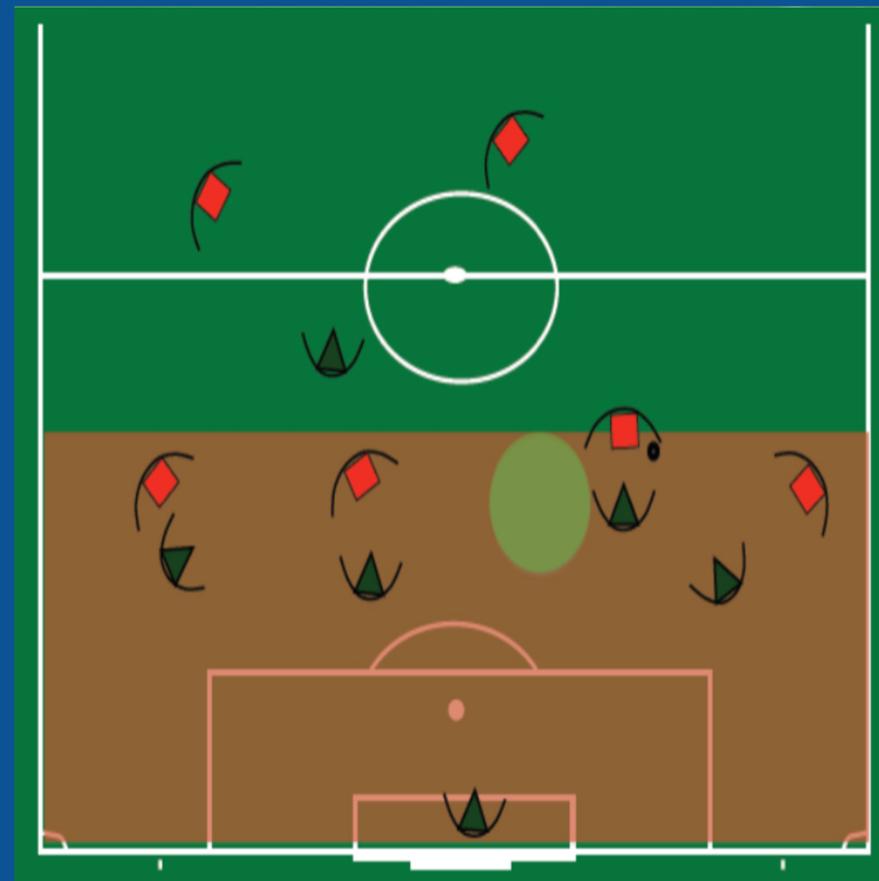
- ピッチ中央では相手個人にプレッシャーをかける。
- 突破されない。（飛び込むのを我慢する）
- ボールを奪えない場合、危険の少ないゾーンへ相手の攻撃を誘導する。
- 中央のゾーンに向かう相手のプレーを防ぐ。



ボランチ編⑤ボール保持者への守備

2, パスを出した後の相手選手に突破されない

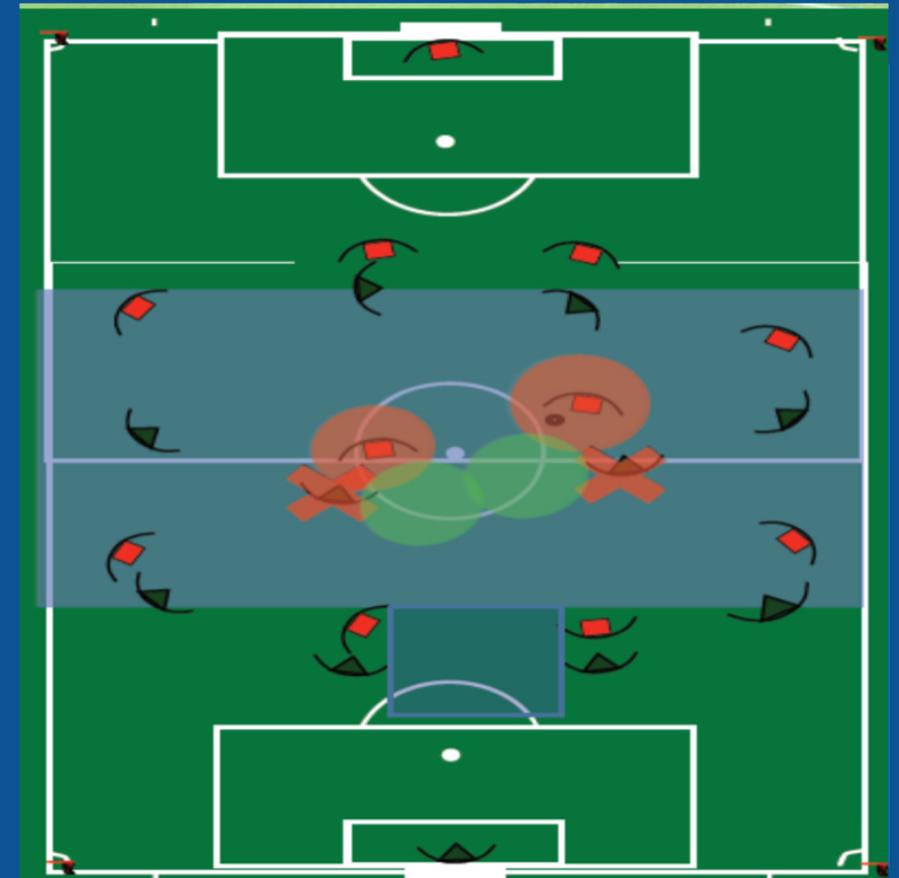
- 壁パスを防ぐ。
- スペースを守るために、ボールが出る瞬間に後ろに走る。



ボランチ編⑤ボール保持者への守備

3, 例外なバランスの崩れによる大きな危険を防ぐ

- 戦術的ファール
- 数的または特別大きなバランスの崩れによる大きな危険がある場合、特に強いディフェンスでこれを防ぎ、相手がゴールに向かって前進するのを防ぐ。
- このアクションにはイエローカードなどのリスクがあることを覚悟する。

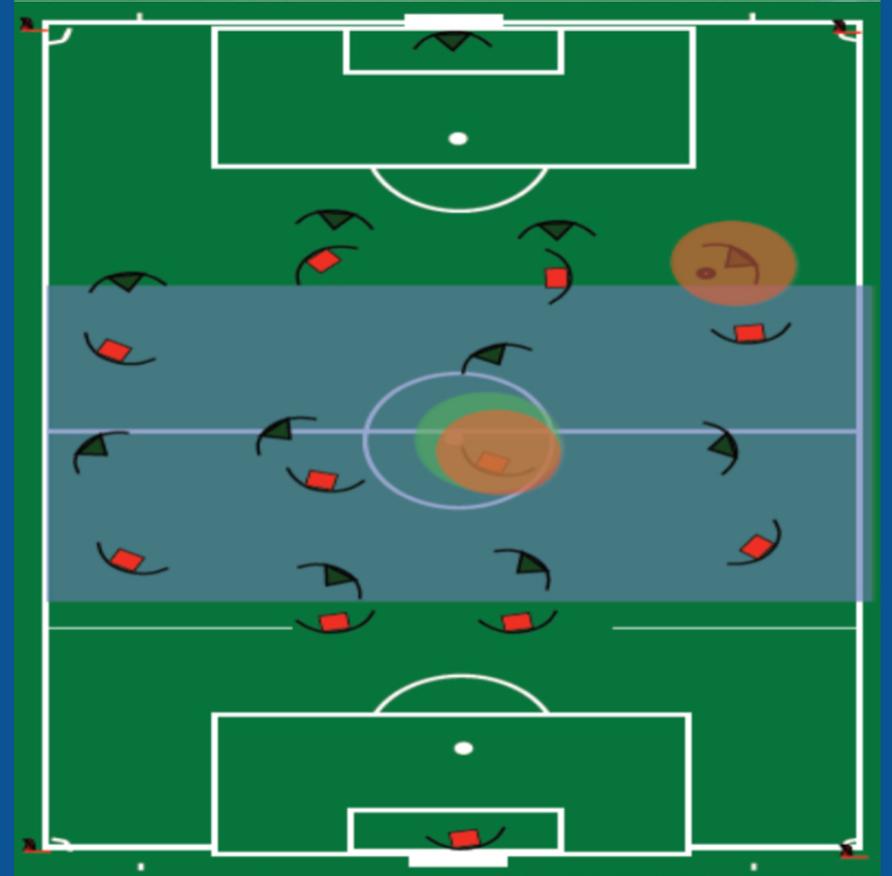


ボランチ編⑤ボール保持者への守備

4, ボールロストに対する素早いプレッシャー

- 攻撃の組み立て中にボールロストした場合のボランチの行動：

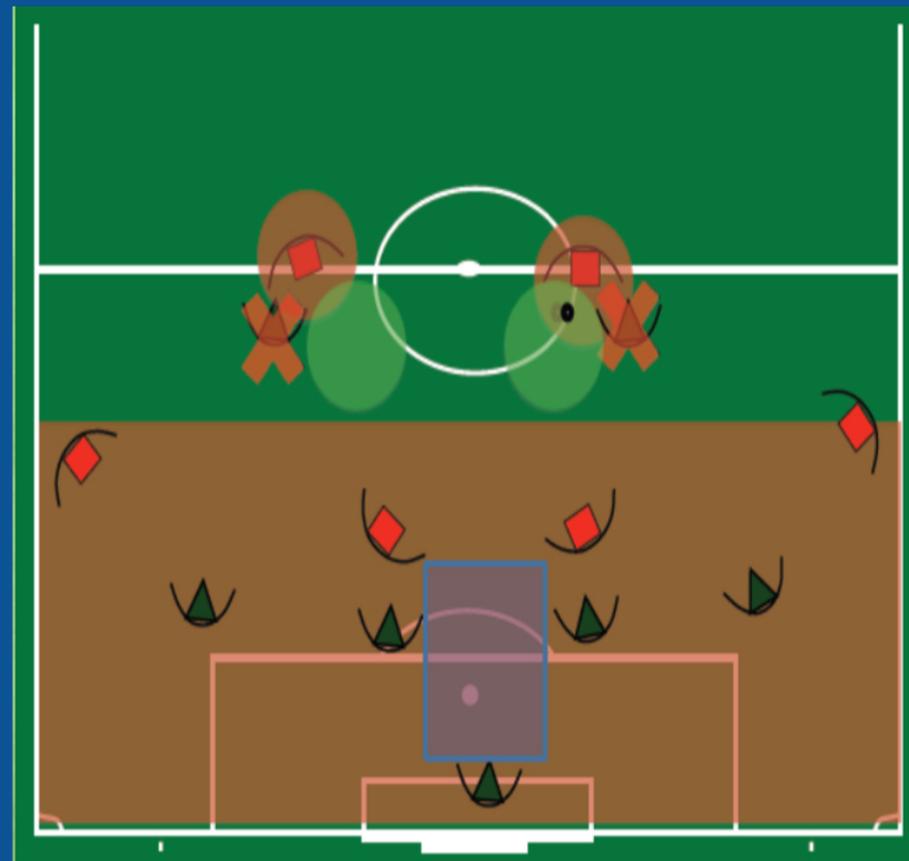
- 中央の守備が整っている場合は、素早くプレッシャーをかける。
- 自分が受け持つ相手選手にプレッシャーをかける時間がある、または予測、ボール奪取、前進の阻止のために十分近い距離にいる場合。
- 相手の攻撃を遅らせ、リスクの少ないゾーンに誘導する。



ボランチ編⑥スペースの守備

1, 中央へのパスを防ぐ

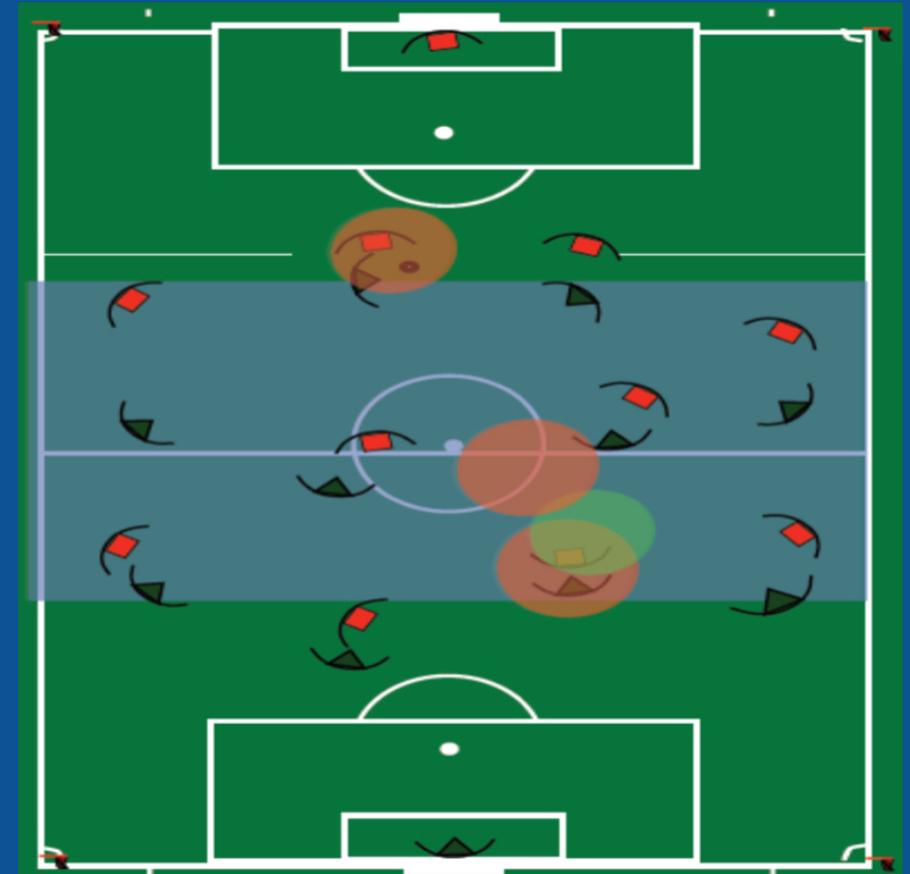
- ライン間の相手のフォワードやトップ下への中へのパスを防ぐ。
- 味方のプレッシャーをかける時、カバーリングする。
- 背後に相手がいる場合、パスコースを切る。
- ボランチの背後にいる相手選手に、味方のセンターバックがプレッシャーに出た時は、素早くボランチもフォローする。



ボランチ編⑥スペースの守備

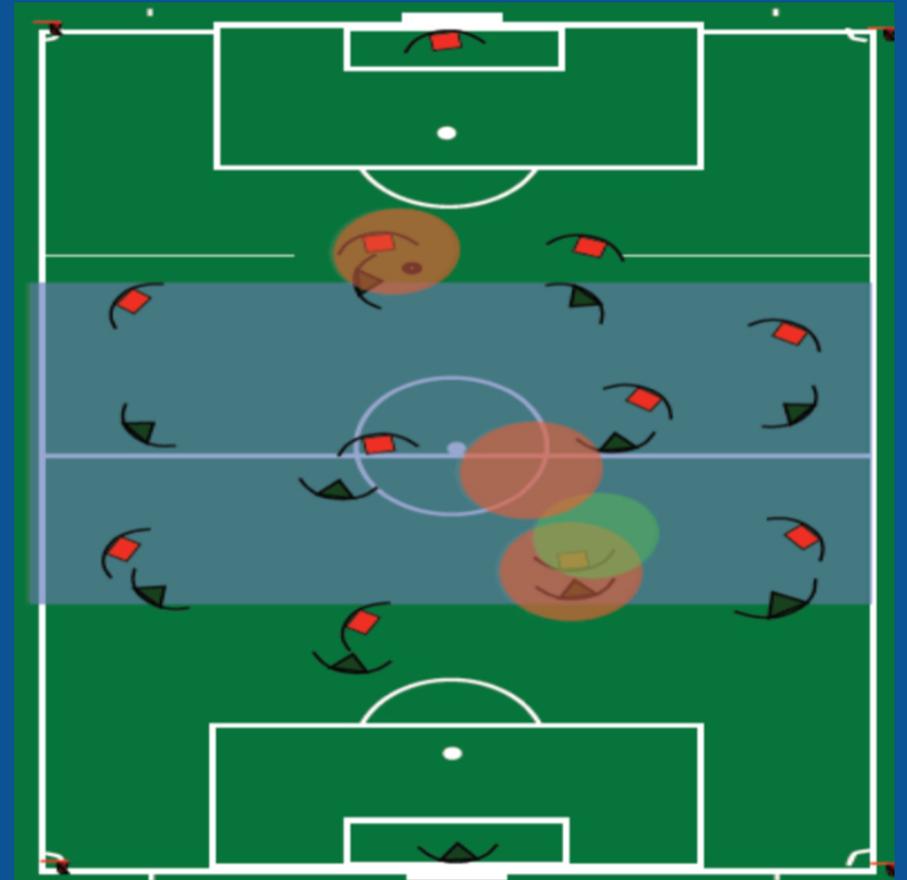
2, ボールが自分を超える時、
後ろ向きにディフェンスする

- DFラインとボランチのライン間にいるどんな相手にも守備をする。
- ボールが自分を越えた場合、DFラインとの間のスペースを縮小する。(100%リトリート)
- ダイレクト攻撃に対して、ボールの落下点での守備。(後ろへ走る)
- リトリートした場合、DFラインに背後のスペースを閉じさせる。



ボランチ編⑥スペースの守備

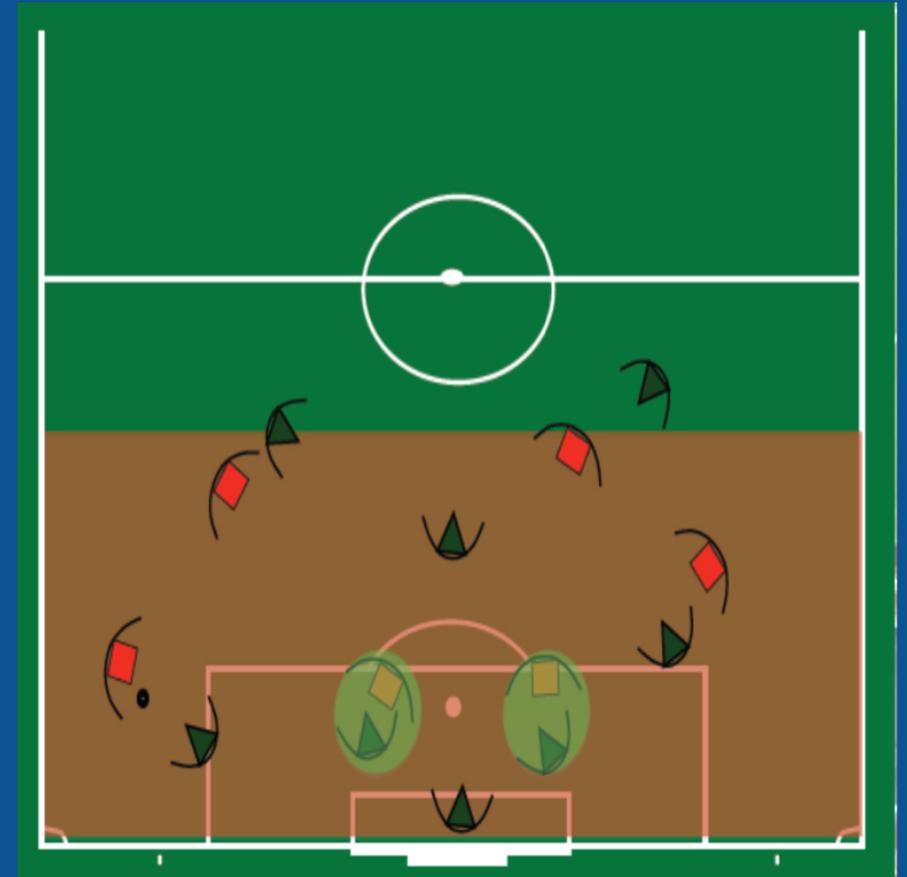
3, 浮き玉をバウンドさせない



ボランチ編⑦空中線の守備

1, 中央のバランスが崩れている時、
センターバックとして守備に加わる

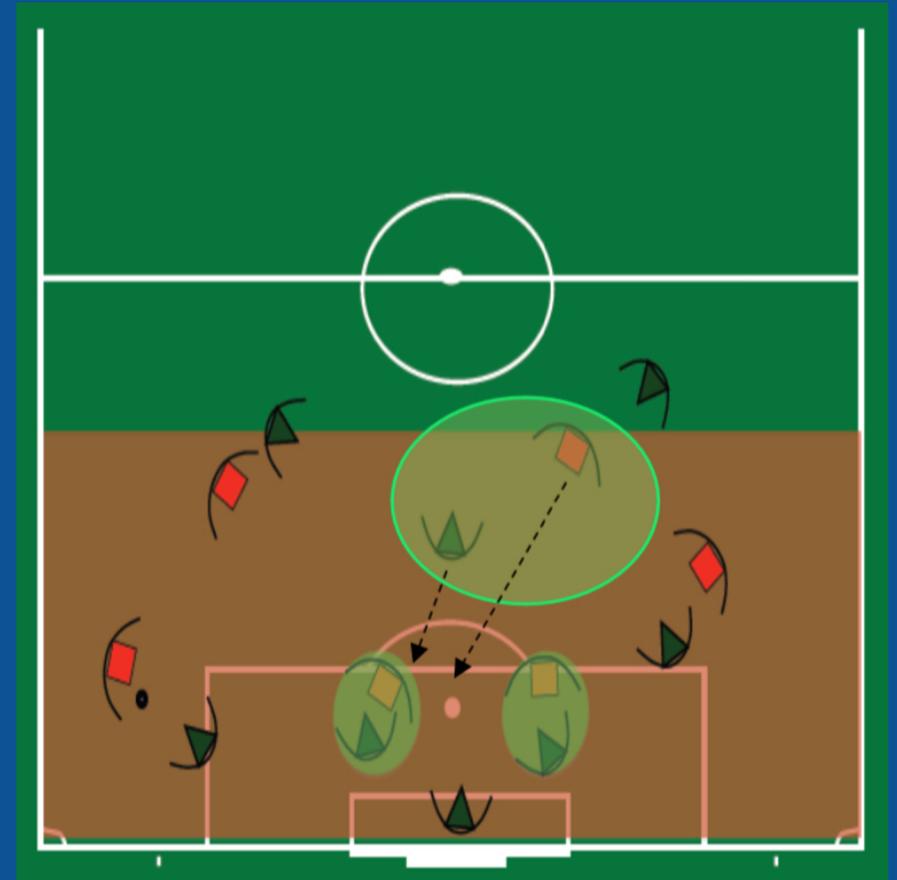
- センターバックとして守備に加わり、DFラインのバランスをとる。
- センターバックとしての機能。（センターバック編を参照）



ボランチ編⑦空中線の守備

2, 相手ボランチがシュートゾーンに入ってくる時はその選手をマンマークする

- シュートゾーンに入ってくる選手に対してはマンマークでついて行く。
- 相手に先にポジションを取られそうな場合、相手に体をぶつけ、シュートゾーンへ入られるのを防ぐ。



ボランチ編

実践1：ボランチのメイン原則について改善するための
トレーニングメニューを最大2つ考えてみましょう！（オフェンス・ディフェンス1つずつ）



アウトプットまでが
インプットです！