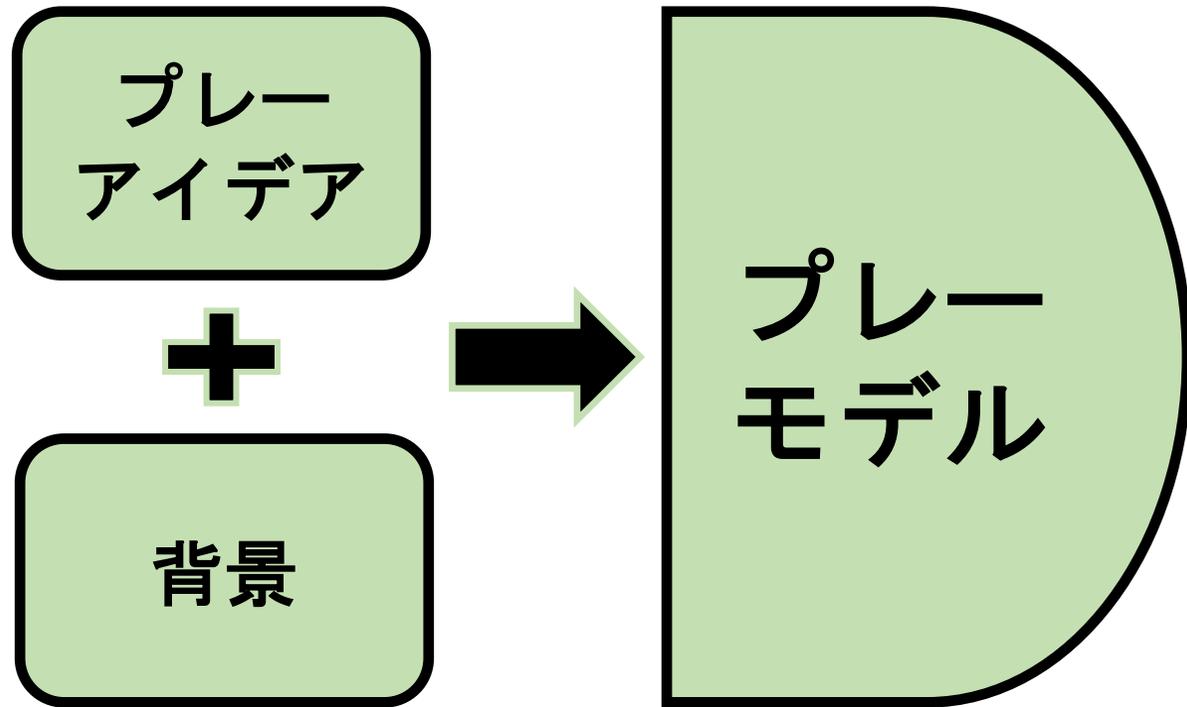


プレーモデル (バルセロナ街クラブ実例)

UE コルネジャ - 7人制

Portolés, J. (2007) “プレーモデルとは、ある一定の動きをチームで一体感を持たせる。それはただのシステムでなく、選手のポジショニングだけでなく、選手それぞれの関係を見て、ある一定のプレーを表現する形である。”



プレーアイデア:

"戦術的アクションの型, 2ライン間, 1ライン間そして個人、チームおよび選手それぞれが、異なるモーメントの中で互いの関係を得る。"

- 選手がどこでスペースを支配できるかというサッカーのコンセプト. 攻撃的な能力を生命線にするチームあるいは、守備的にゴールを守るというチーム。
- トランジションはチームを特徴づける. 選手達にとってボールロストをした瞬間、あるいはボール奪取をした瞬間は大きなアクションをする必要がある。組織的守備、組織的攻撃は次のモーメントに起きるトランジションの本質が含まれる。
- ペナルティーエリアでの守備や、攻撃におけるフィニッシュはそのチームの戦術レベルが反映される。ペナルティーエリアは試合を決定づける, このエリアでのアクションをより明確に知る必要がある。
- チームは試合の中でプランA,BそしてCを表現しなければいけない。それぞれの選手は相手チームの特徴を知るべきである。試合で緊張なくプレーできるために、事前に不確定要素を減らす。
- 目的にすべきはポゼッションによる試合の支配。相手チームがポジショナルプレーを優先してきた場合でも、競争の価値観を忘れるべきではない。それは、気持ち、克服、集中、インテンシティである。

背景:

"考慮しなければいけないこと: 歴史、文化、哲学、攻撃の構造、チームのカテゴリーあるいはレベル、そして、クラブの目的"

- クラブの基礎や目的に伴う結果によりチームの個性が伝統的に決まる、ポゼッションによるゲームの支配しよる評価を忘れるべきではない。ディフェンスレベル、我々自身のインテンシティ、アグレッシブさは常にクラブ文化のチームの代表としてあるべき表現をする。
- チーム間競争における共存、冒頭よりクラブ哲学による教育、スクールまたは強化部におけるそれぞれのエリアで最適な競争に達する。
- クラブの目的の中で、最高のカテゴリーのエリート内の競争力のあるチームの継続的な改善をし続け、サッカースクールのチームを構成するトレーニングエリアの運営と組織の近代化を深め、前進させています。

1. 組織的攻撃

ボールを失わず ビルドアップ、前身、フィニッシュまでの攻撃を行う。

- 1.1 ビルドアップ
- 1.2 プレーの構築、前進。
- 1.3 フィニッシュ
- 1.4 ボールロストに向けた準備

- 4.1 ボールを失った方向へのプレス
- 4.2 退去

4. トランジション オフenseーディフェンス

オーガナイズされていない相手の攻撃 相手からポゼッション獲得する。もしくは自チームのディフェンスをオーガナイズする退去する。

3. トランジション ディフェンスーオフense

プレッシングエリアからボールを出さず。 相手のオーガナイズされていないディフェンスを利用し、安全なエリアで深さを作る。または、組織的攻撃に向けて態勢を整える。

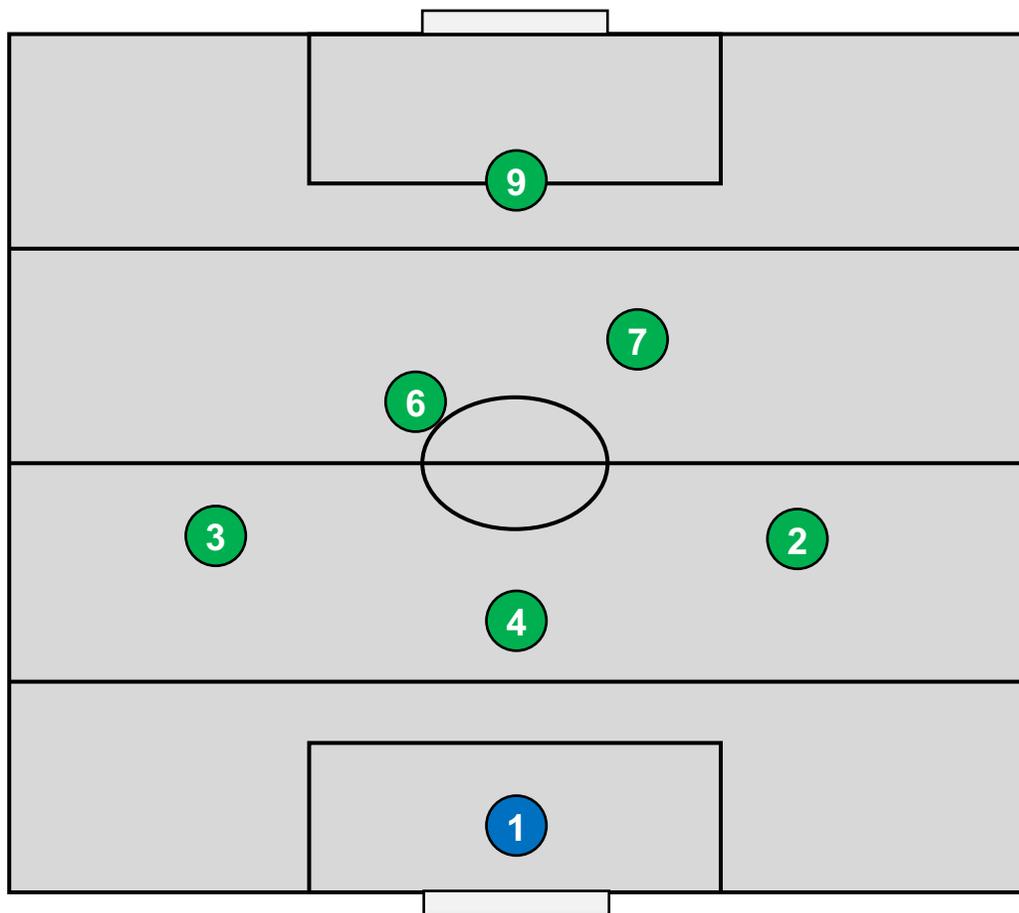
- 3.1 カウンターアタック
- 3.2 ポゼッション攻撃

- 2.1 プレス
- 2.2 組織守備
- 2.3 ペナルティーエリアのディフェンス
- 2.4 ボール奪取への準備。

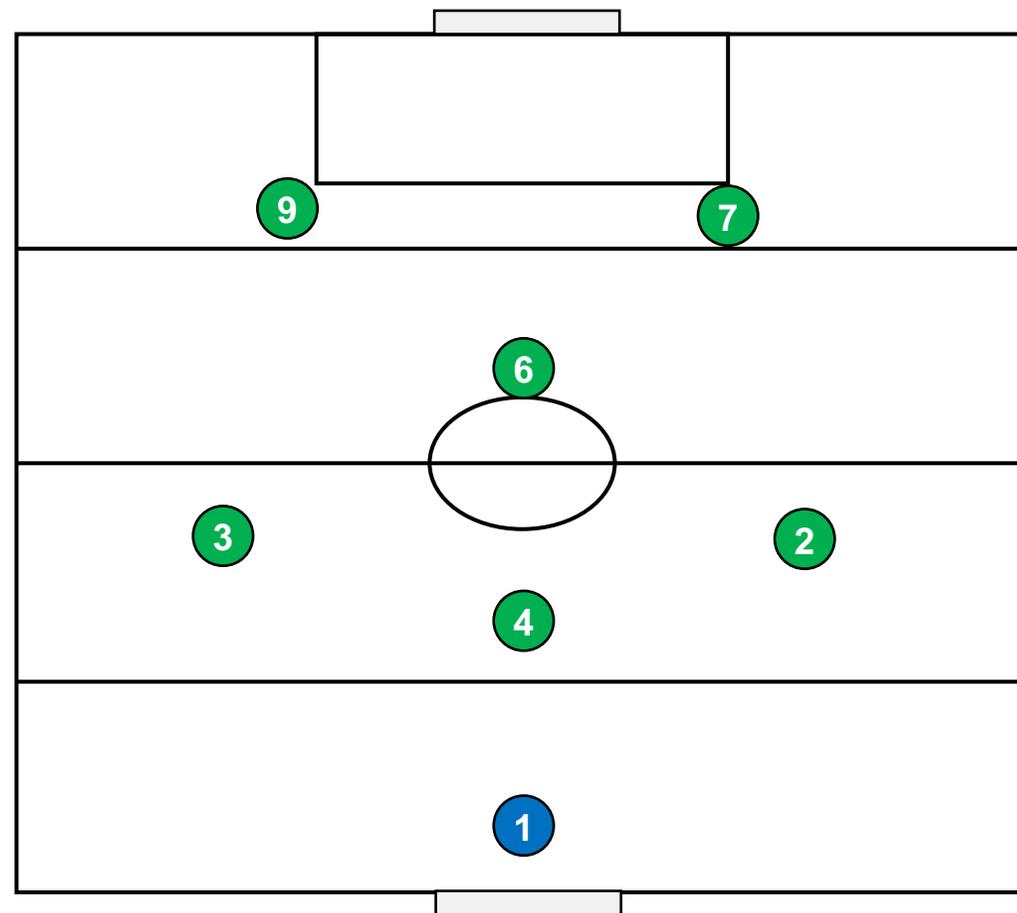
2. 組織的守備

状況を制約し、チームを導きプレッシングする。 相手チームがフィニッシュをするまでに相手のミスを引き起こし、ポゼッションを獲得する。

1-3-2-1 ベース



1-3-1-2 バリエーション



組織的攻撃

原理原則:	サブ原則:	コンセプト:
3.1 ビルドアップ	横幅 縦の深さ 数的有利を利用する キーパー含めたボールの保持もしくは前進。 中央からの前進 - サイドからの前進 ストロングポイント / ウィークポイント 前進 相手のプレスのラインを突破する	見る, 体の向きを整える キーパーが中央のエリアから始める そして、最後のモーメントまでの相手のシュートエリアからゴールを隠す ビルドアップ3 - ビルドアップ2 フリーな選手 3人目の選手、動き。(落とし) 空中の局面
3.2 プレーの構築、前進	選手の役割 (オートマチックによる攻撃) ショートパス / ロングパス ボール保持者によるサイドチェンジの優先	サイドへ落ちる ワンツー - ダブルワンツー 3人目の選手、動き マークを外す体の向き 相手のライン間でボールを受ける パスのライン 3つの異なる縦のレーンを使う 明確なプレー
3.3 フィニッシュ	遠いフォワードから近いフォワード - ニアサイド 遠いサイドバックと遠いミッドフィルダーが第二ラインに構える	斜めの動き ペナルティエリアではコントロールしない 早いクロスを優先する タッチライン際での1対1を探す ラストパスに対するビジョン エリア内でのチャージ、ため ファーサイドに入る
3.4 ボールロストに向けた準備	攻撃の配置を監視する 遠いサイドバックの役割 最終ラインに数的有利 守備予測のためのディフェンスラインの前に守備的ミッドフィルダー	監視 予測 カバー マーク

3. 組織的攻撃

仕組み:

数的有利を利用する (味方のフリーな選手と共にビルドアップを前進する)

キーパー含めたボールの保持もしくは前進 (常に前進するためもしくは相手のウィークポイントを見つけ突破する為の体の向き。そして味方の選手からのバックパスを受ける。)

コンセプト:

見る, 体の向きを整える

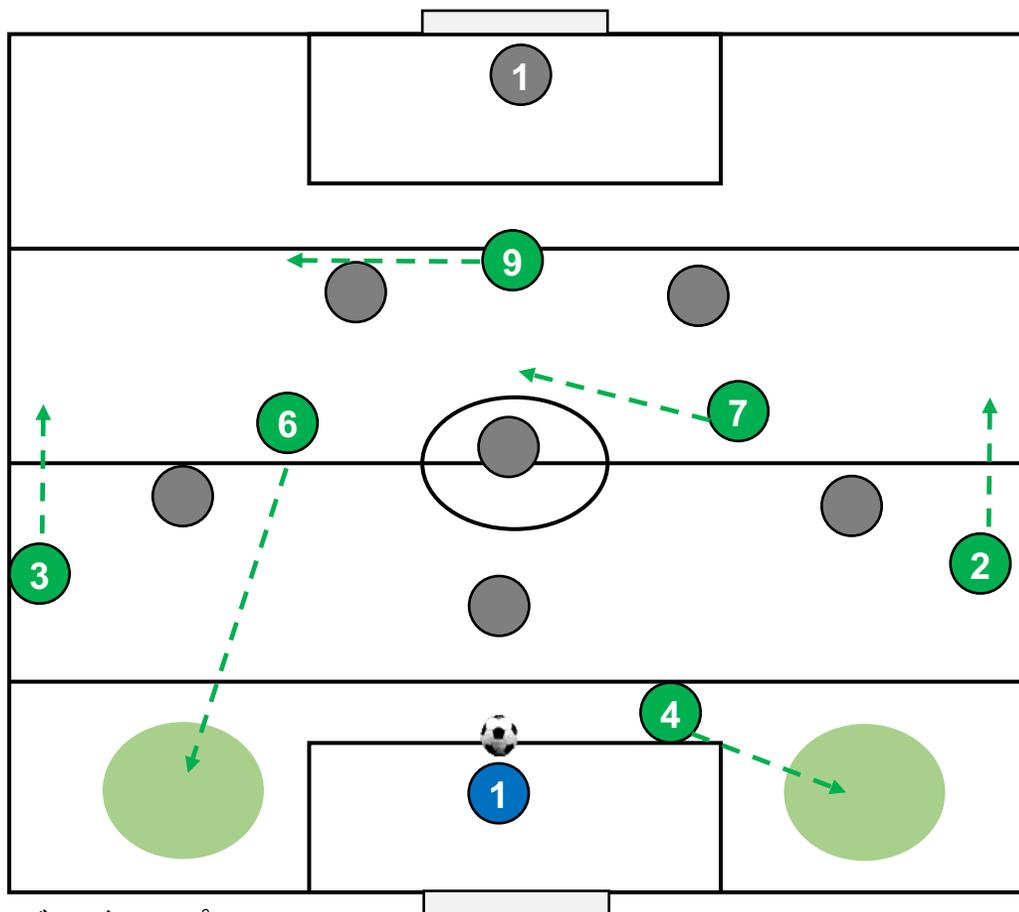
ビルドアップ 3 (相手が2フォワードの時)

ビルドアップ 2 (相手が1フォワードの時)

キーパーが中央のエリアから始める

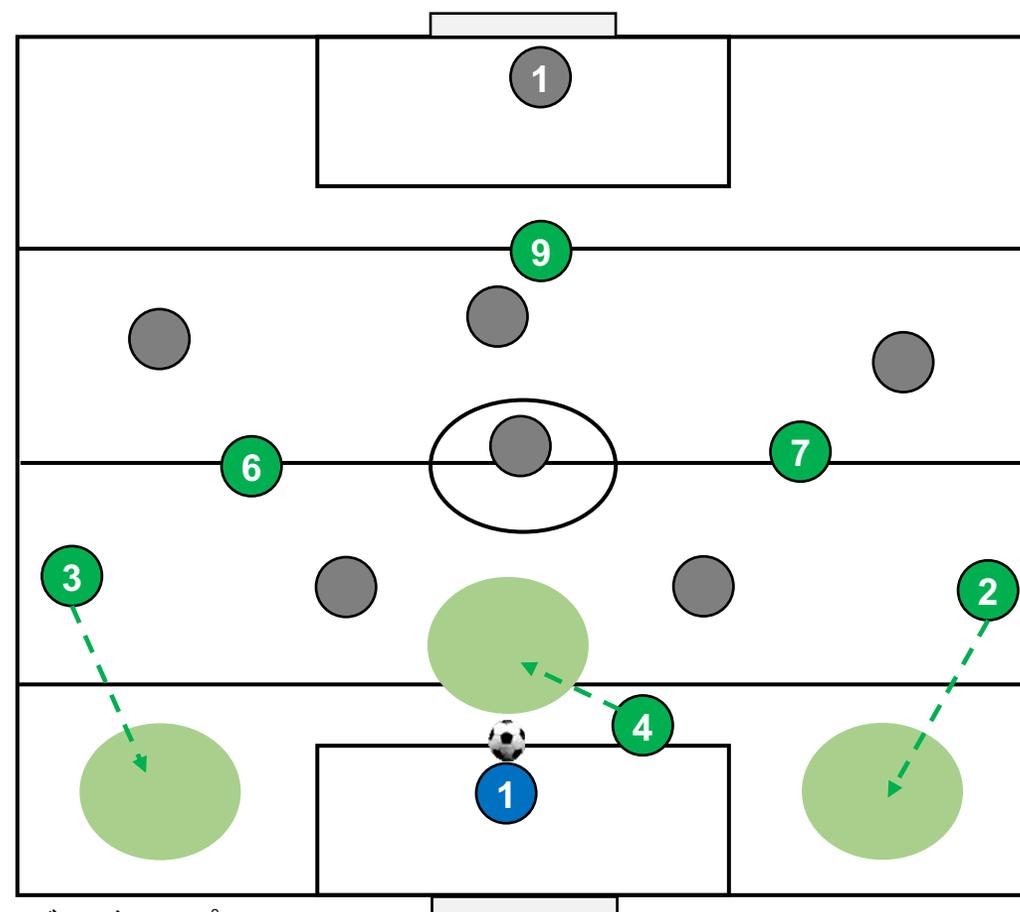
そして、最後のモーメントまでの相手のシュートエリアからゴールを隠す

3.1 ビルドアップ



ビルドアップ 2

相手 1-2-3-1



ビルドアップ 3

相手 1-3-1-2

3. 組織的攻撃

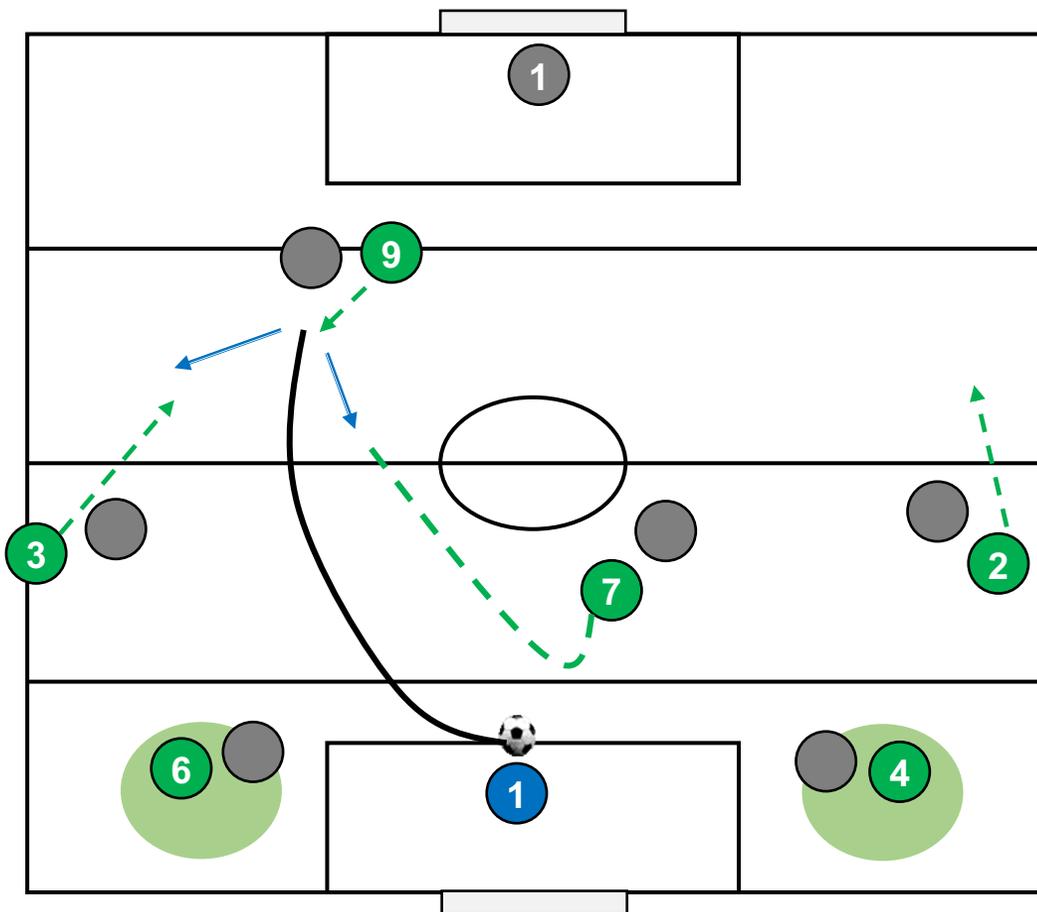
仕組み:

相手のプレスラインを突破する: 相手が数的優位を作らせない為に我々にハイプレスをしてきた時, 遠いエリアにいるフォワードがサイドのエリアにサポートに入り、そこにパスを入れサイドの選手もしくは中盤の選手が再びパスをもらう。(3人目の動き) ボールエリアの近くにいる選手がクリアなどでプレーをやめない為に。

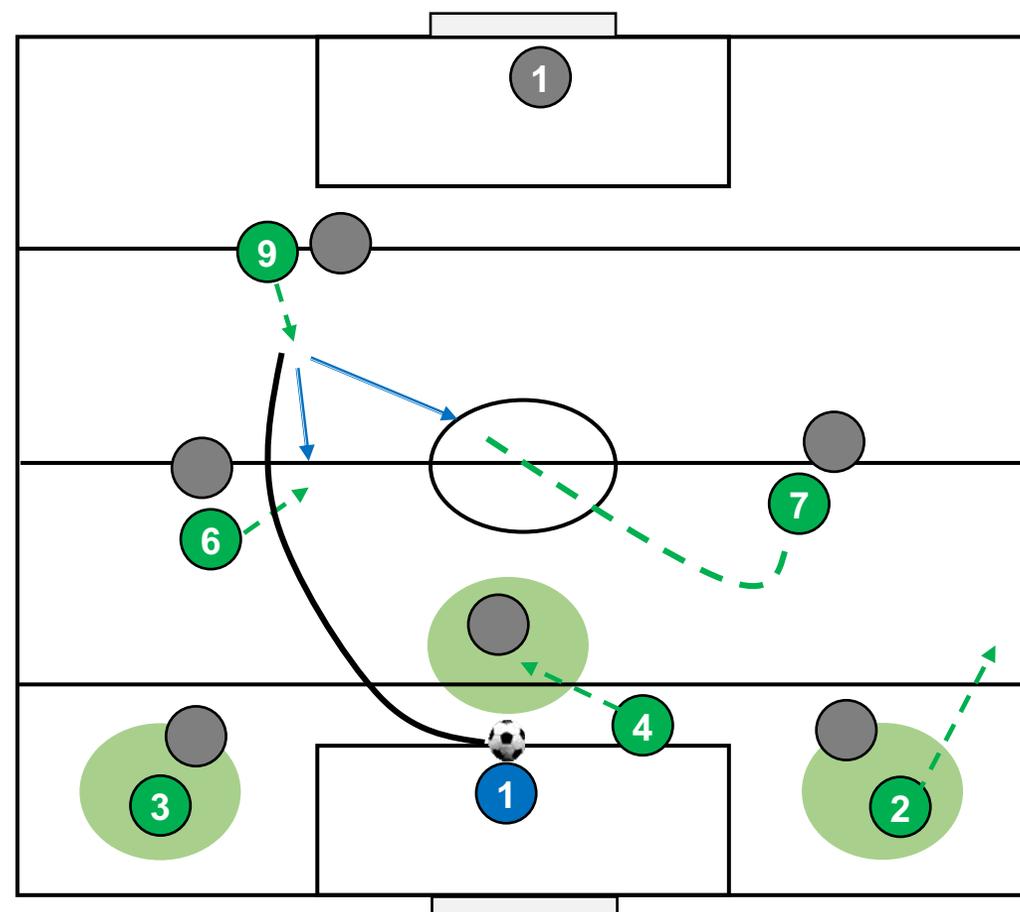
コンセプト:

3人目の動き (落とし) (ボールの近くにいる選手をサポートする為に遠いエリアにいる選手にパス通しサポートに行く) ボールが空中にあるとき (ボールが空中にある時、ポゼッションを獲得する為に走ってエリアに入り、セカンドボールを拾う。)

3.1 ビルドアップ



ビルドアップ2- プレスを突破する
相手 1-2-3-1



ビルドアップ3- プレスを突破する
rival 1-3-1-2

3. 組織的攻撃

仕組み:

ボール保持者の優先事項 (深い位置にいる選手へのパス、スペースがあればドリブルで前進, 横へのパス (サイドチェンジ), バックパス)

サイドチェンジ

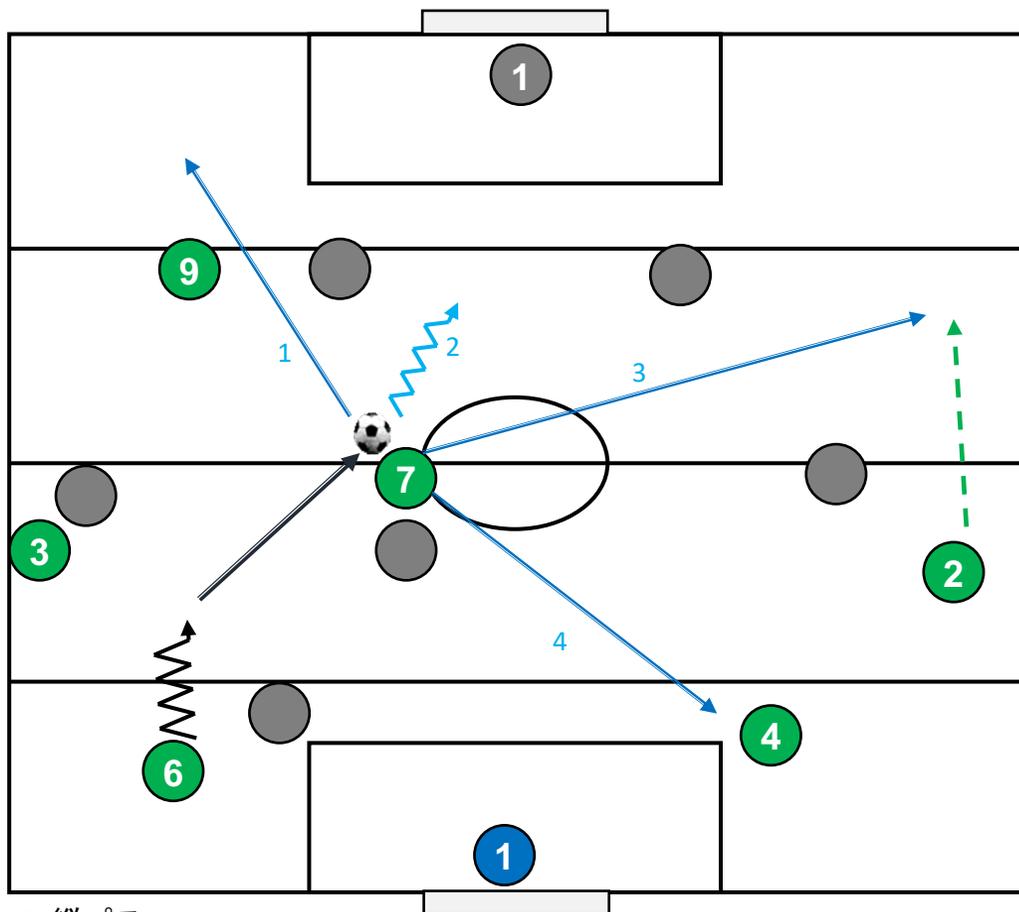
コンセプト:

ワンツー

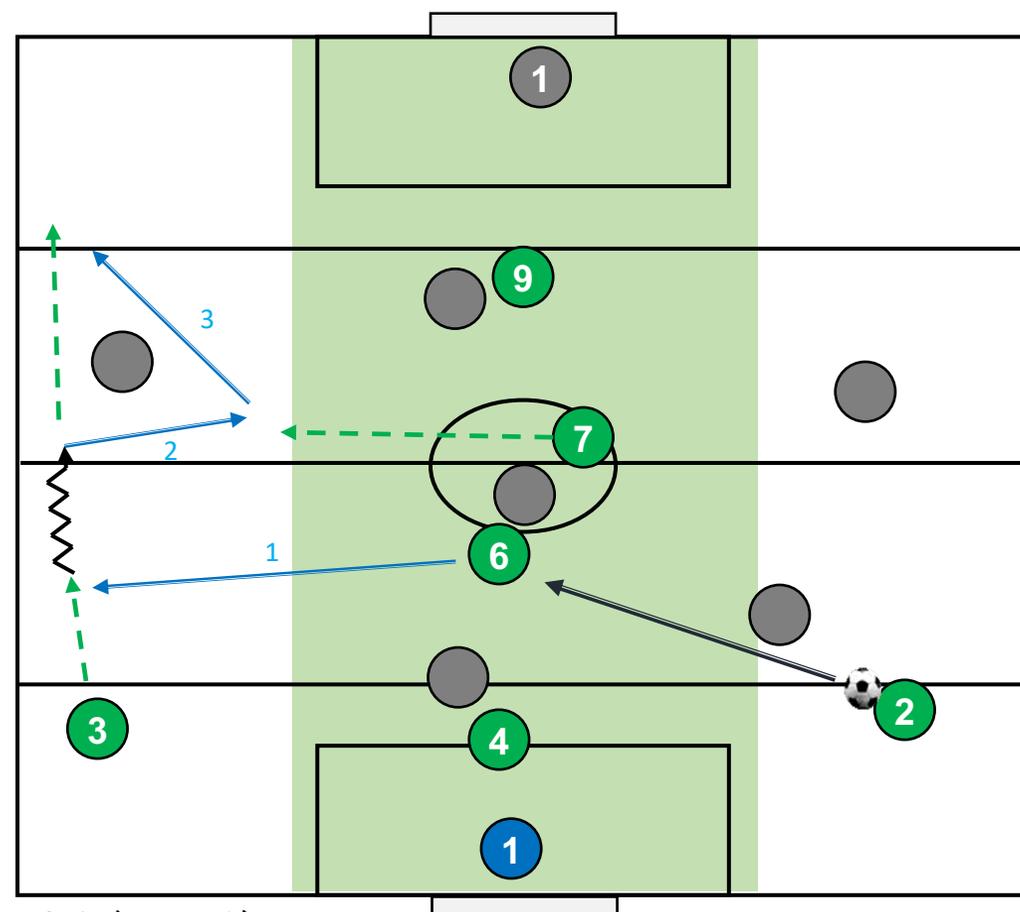
縦に3つに分けたレーンを使う

明確なプレー

3.2 プレーの構築



1. 縦パス
2. フリーなスペースへのドリブル
3. 横パス (サイドチェンジ)
4. バックパス



- サイドチェンジ
3つに分かれた縦のレーンを使う
1. 2と3のサイドの選手の明確なプレー. ワンツー。

3. 組織的攻撃

3.3 フィニッシュ

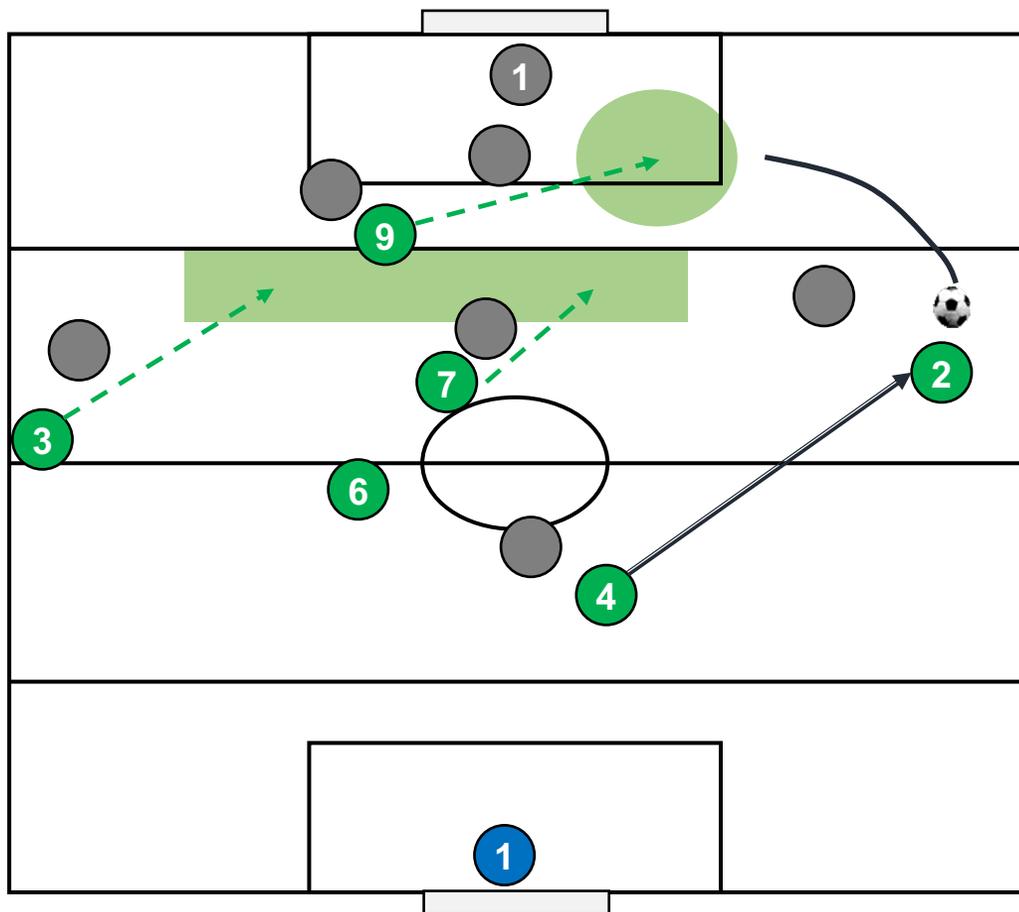
仕組み:

フォワードは遠くから近く - ニアサイド (斜めの動き, 走りながらのダイレクトシュートを狙う為に、エリア内で動き出しを遅らせ消耗を減らす)

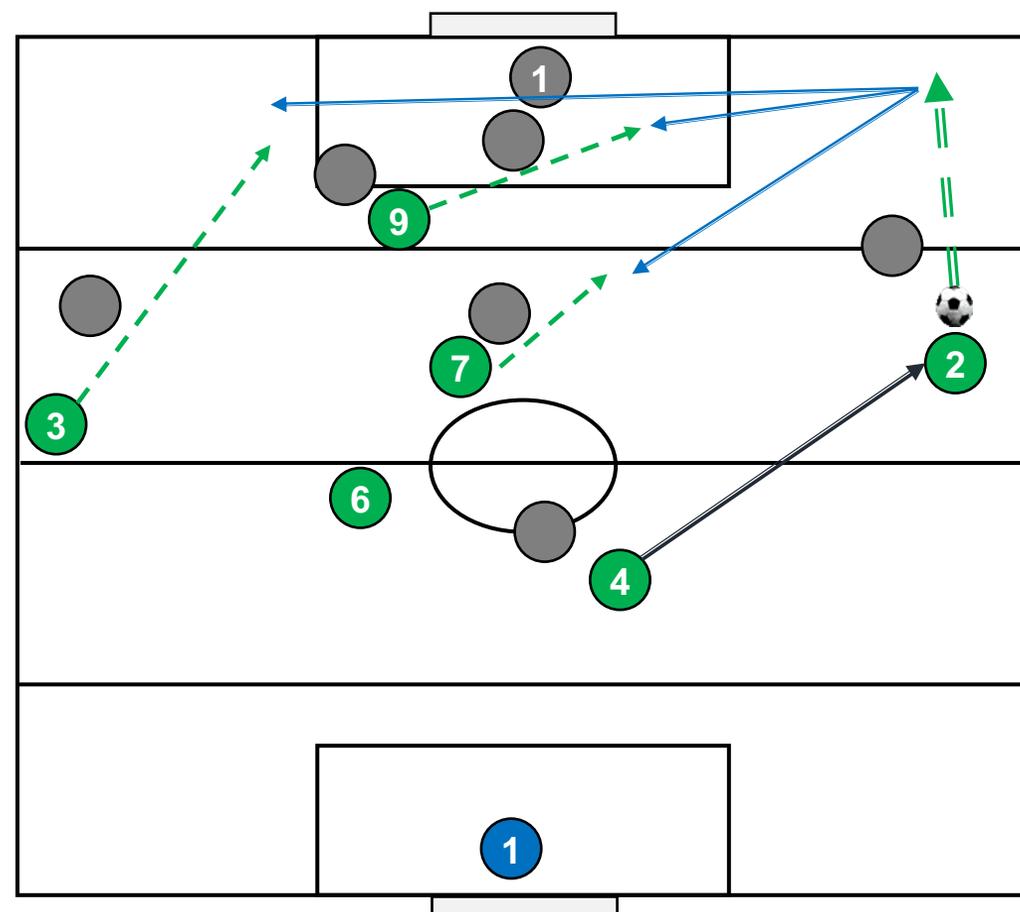
遠いサイドの選手と攻撃的な中盤は第二ラインに入る (フォワードからの後ろ向きのパスや相手のクリアミス、セカンドボールを拾う為に第二ラインエリアに着く動き出しを遅らせ消耗を減らす)

コンセプト:

斜めの動き
ペナルティーエリアでコントロールをしない
速いセンタリングを優先する
サイドのタッチライン際での1対1を探す
ラストパスに対するビジョン
エリア内でのチャージ、ため
ファーサイドに入る



フォワードは遠い位置からニアサイド
遠いサイドの選手、中盤は第二ラインにつく
速いクロスを優先する



タッチライン際での1対1を探す
ラストパスに対するビジョン
ファーサイドに入る

組織的守備

内容:	仕組み:	コンセプト:
4.1. プレス	<p>中を閉め、外に向けてプレス 中盤から相手のサイドへプレス 中盤はセンターバックの前に フォワードは中央へのパスのラインを閉じる 遠いサイドの選手は斜め後ろからセンターバックのカバーをする</p>	<p>1対1の守備 抑止する為の軌道 パスのラインを閉じる ワンツーに対する守備 落としを奪う</p>
4.2. 組織守備	<p>フォワードは相手のセンターバックを前に置く 中央のラインにおける守備のフォワードと中盤の三角関係 ディフェンスの深さ 下のエリアにラインを下げる アクションゾーンへのスライド 中盤は斜めの関係, ボールはサイド 斜めのスライド スペースの回復 相手のドリブルに対する姿勢 相手を追い詰める</p>	<p>ボール保持者に対するポジショニング カバー 後退する - 空中戦でのクリアのテクニック 空中にボールがある時 - 自陣でファールをしない ボール保持者に対するプレス サイドの選手は背後に相手がいる時にプレスに出ていかない マークとボールの距離関係 集団の姿勢 ディフェンスとキーパーの距離を短くする 背を向ける選手に対するプレス ボールを覆わない - プレーを止める</p>
4.3. ペナルティーエリアのDF	<p>相手の攻撃選手をマークする インターセプトを狙う為にラインを形成する クリアするために第二ラインを形成する</p>	<p>体の向きを整える マーカーに触れる クリアした方向へラインを素早くあげる</p>
4.4. ボール奪取への準備	<p>フォワードはアクションを起こす準備をし、スペースに飛び出す 近い中盤は最初のパスを受ける為に体の向きを整える 遠いサイドの選手は素早くフリーなスペースに飛び出す準備をする</p>	<p>ボールを奪取したら安全なパス 中盤の前へ抜けた選手はサイドに落ちる 相手のフォワードの監視を分断する</p>

4. 組織的守備

4.1 プレス

仕組み:

中を閉め、外に向けてプレス

中盤から相手のサイドへプレス

中盤はセンターバックの前に

フォワードは中央へのパスのラインを閉じる

遠いサイドの選手は斜め後ろからセンターバックのカバーをする

コンセプト:

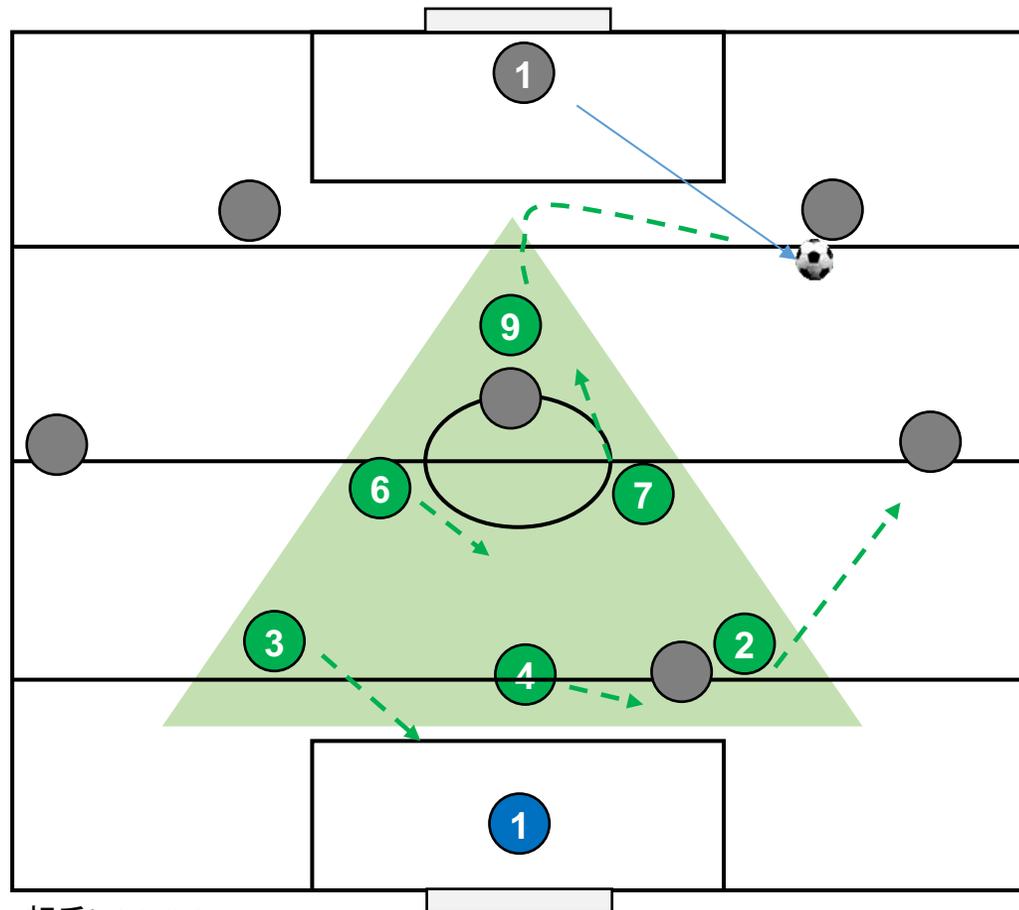
1対1の守備

抑止する為の軌道

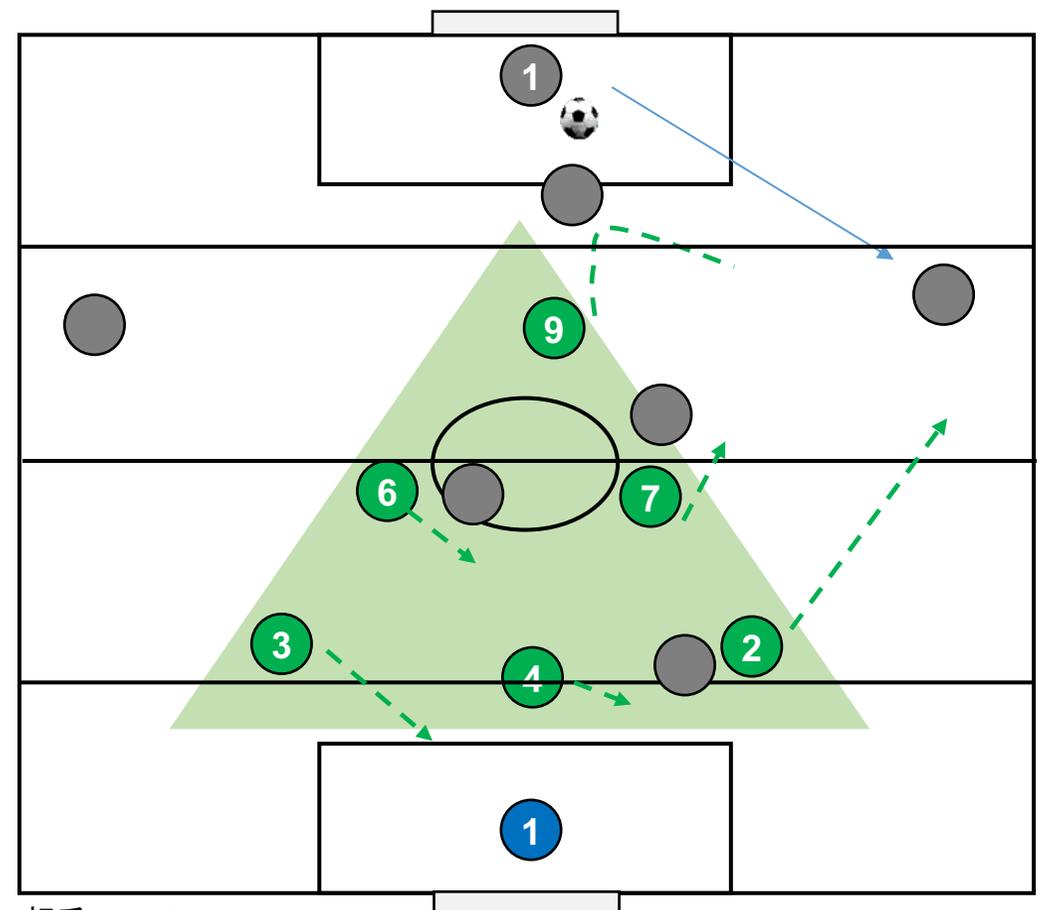
パスのラインを閉じる

ワンツートンに対する守備

落としを奪う (ディフェンスの予測)



相手I: 1-2-3-1



相手I: 1-3-2-1

4. 組織的守備

4.2 組織守備

仕組み:

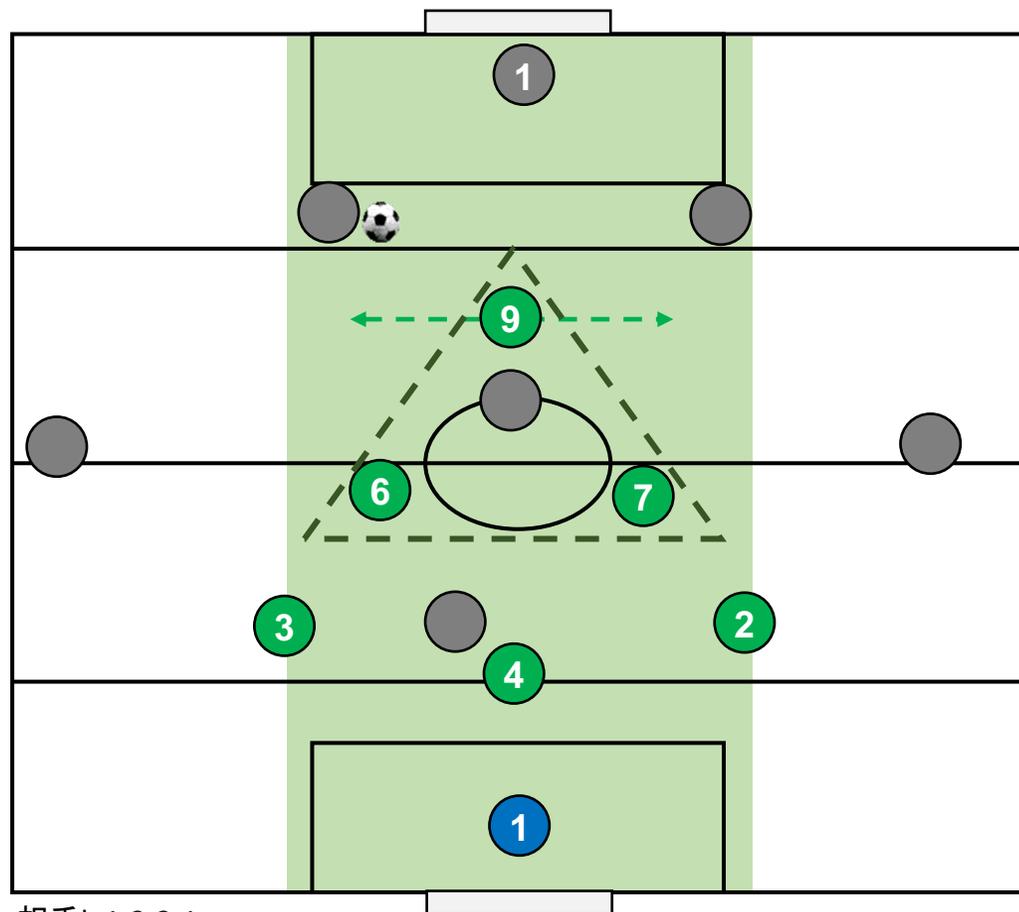
フォワードは相手のセンターバックを前に置く

中央のラインにおける守備のフォワードと中盤の三角関係

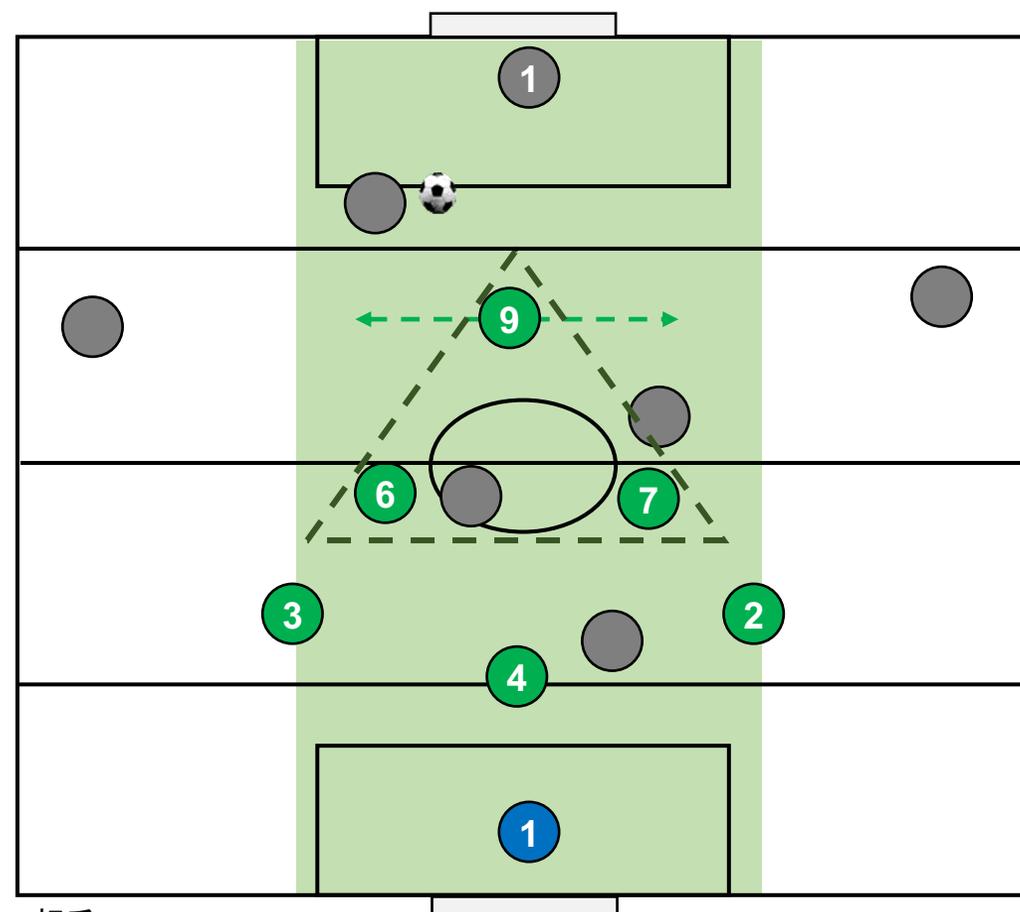
コンセプト:

ボール保持者に対するポジショニング

カバー



相手I: 1-2-3-1



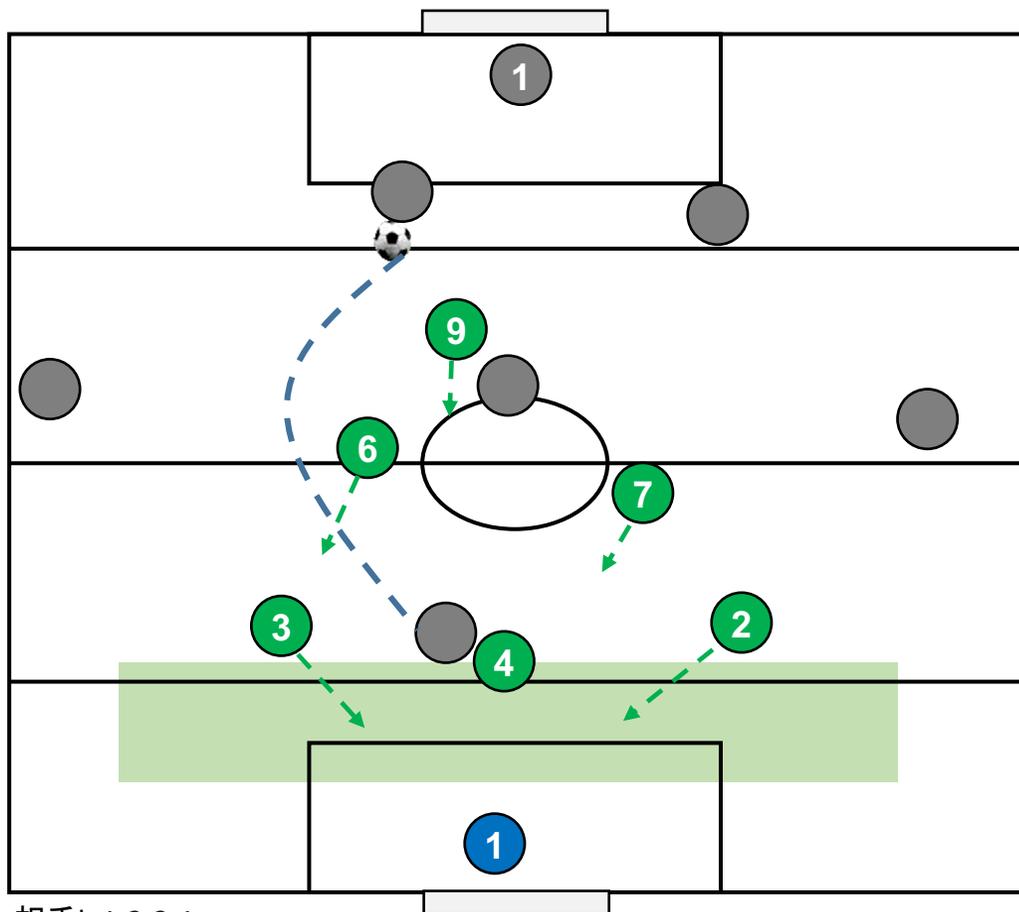
相手: 1-3-2-1

4.組織的守備

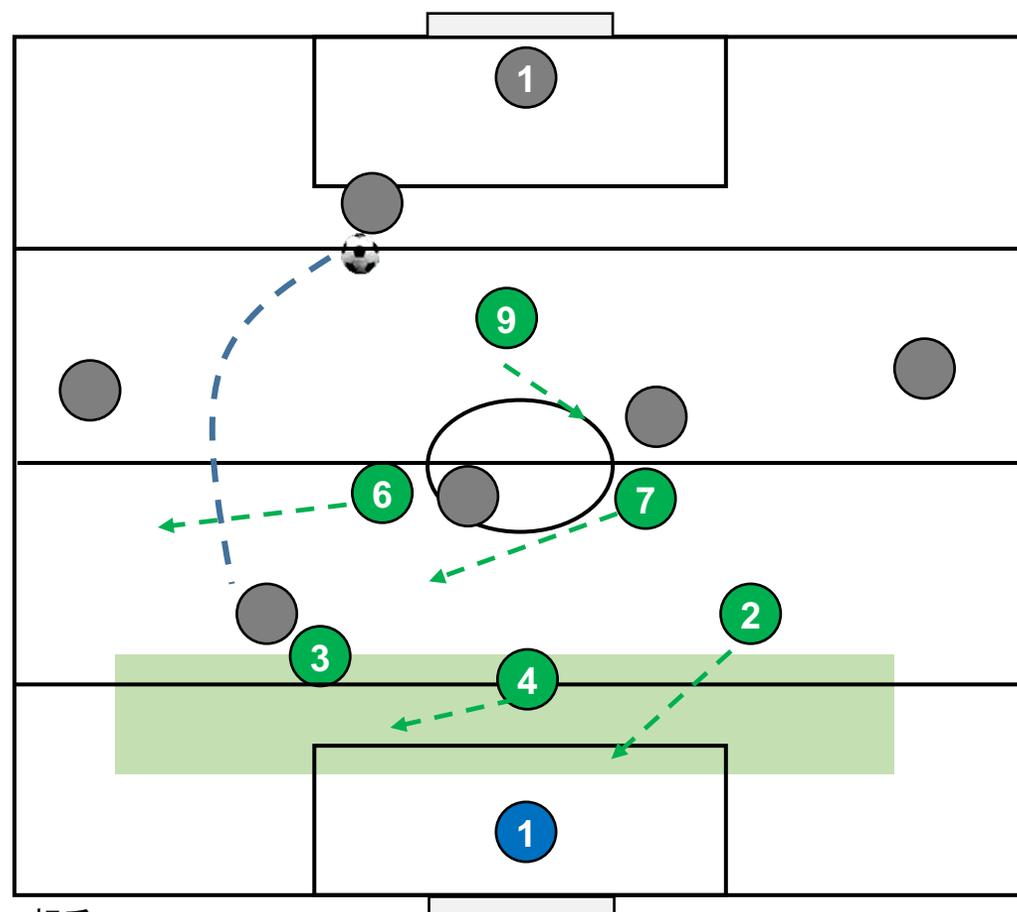
4.2 組織守備

仕組み:
ディフェンスの深さ
(プレスの背後を守る)
下のエリアにラインを下げる

コンセプト:
後退する
空中戦でのクリアのテクニック
空中にボールがある時
自陣でファールをしない



相手I: 1-2-3-1



相手: 1-3-2-1

フォワードとサイドで競り合う

4. 組織的守備

4.2 組織守備

仕組み:

アクションゾーンへのスライド(反対サイドをあけて、ボールサイドへのスライド)

中盤は斜めの関係(ボールがサイドにある時)

斜めのスライド(役目とサイドの選手の高さ)

コンセプト:

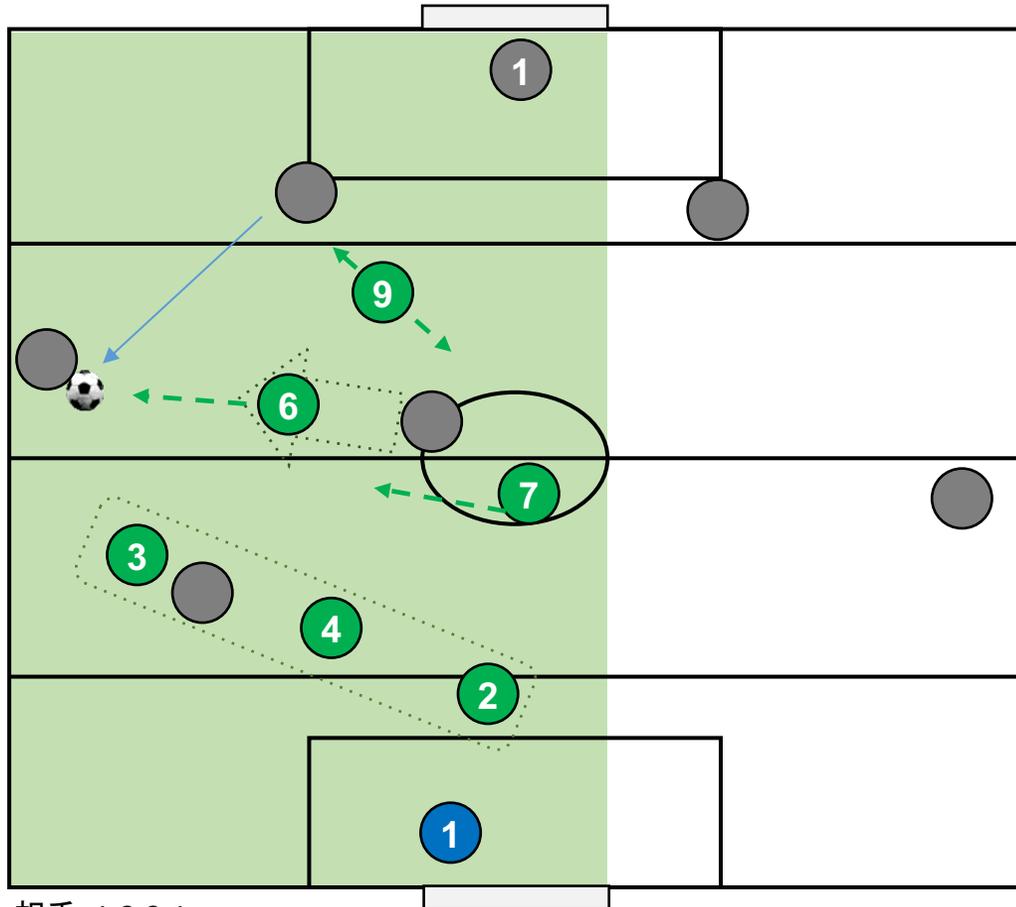
ボール保持者に対するプレス

(パスのラインを閉じて相手のシュートを防ぐ)

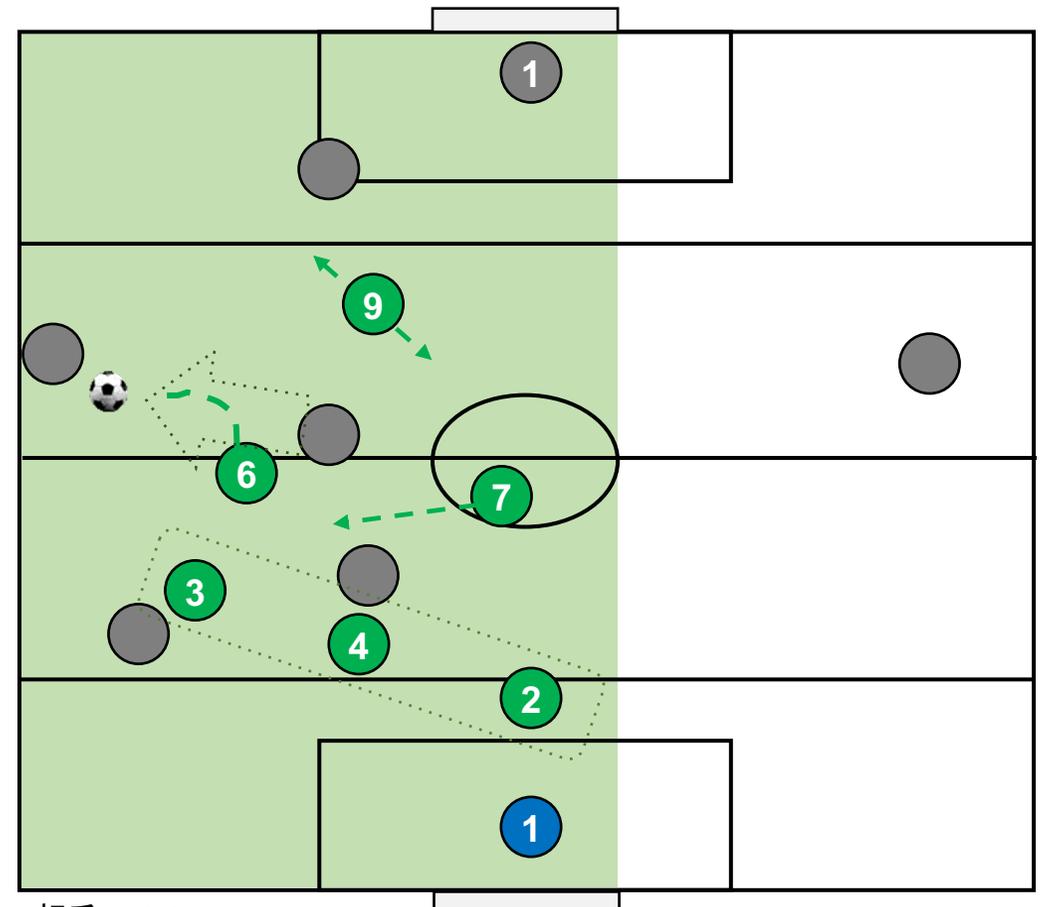
サイドの選手は背後に相手がいる時にプレスに出ない

マークとボールの距離関係

(ゴールに近くにつれてマークの距離を縮める)



相手: 1-2-3-1



相手: 1-3-2-1

4. 組織的守備

4.2 組織守備

仕組み:

スペースの回復

(相手がバックパスをしたら守備のラインをあげる)

コンセプト:

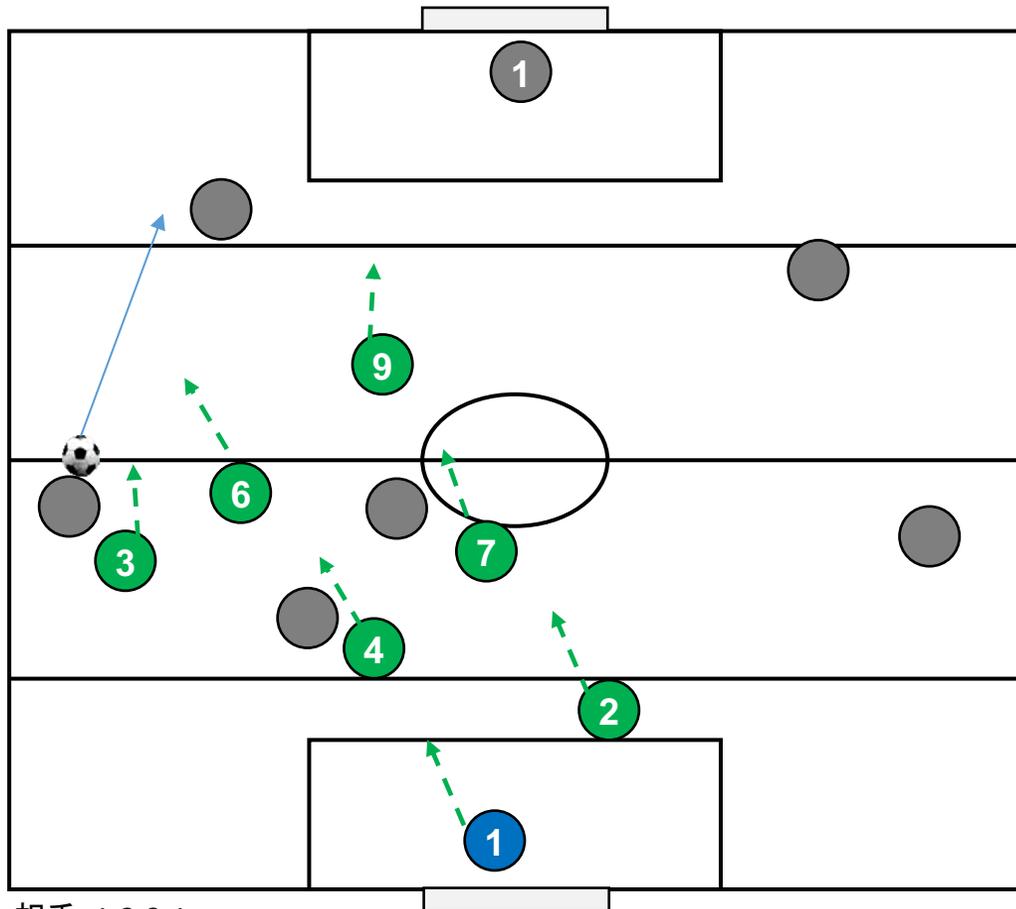
集団の姿勢

ディフェンスとキーパーの距離を短くする

(キーパーはディフェンスの背後のパスにそなえて、自陣のゴールから遠ざかる)

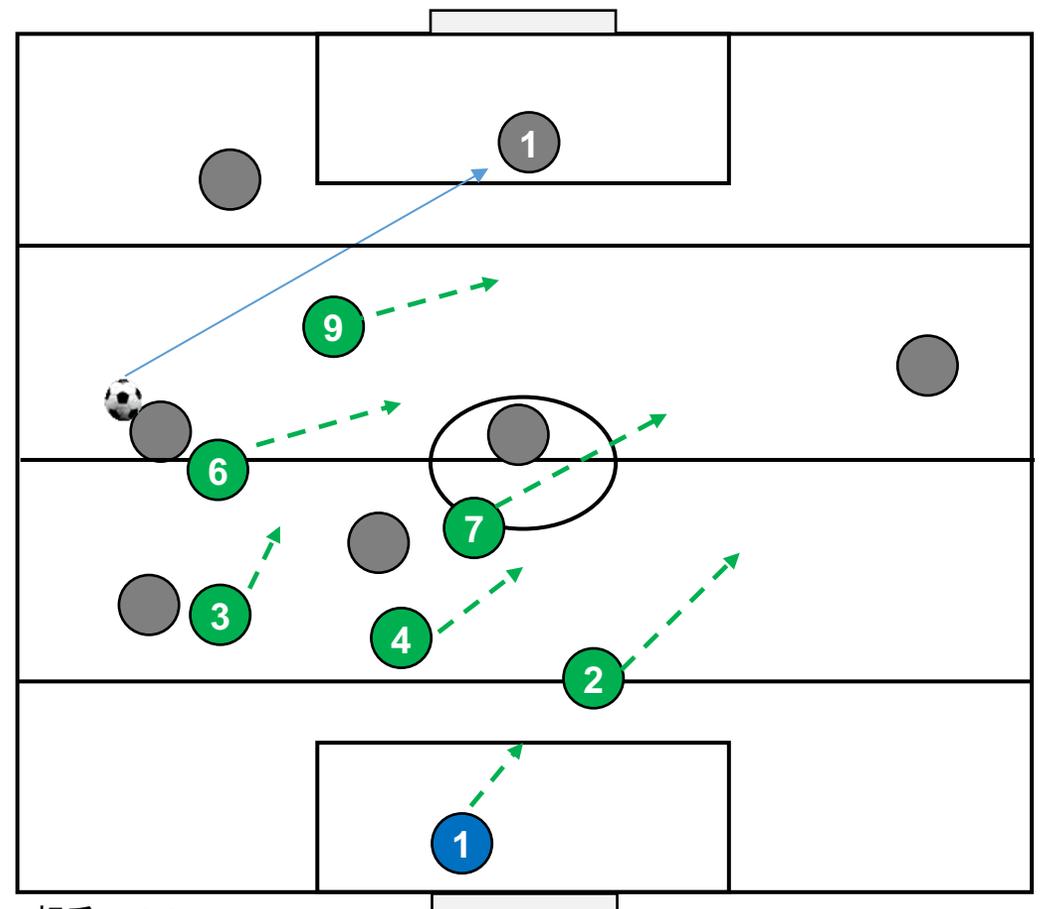
背を向ける選手に対するプレス

(ファールをしないように相手を反転させない)



相手: 1-2-3-1

サイドへのバックパス



相手: 1-3-2-1

中央へのバックパス

4. 組織的守備

4.2 組織守備

仕組み:

相手のドリブルに対する姿勢(フリーな選手がドリブルをする前にディフェンスはポジション間にいる選手を監視しながら中を閉じて後退する)

相手を追い詰める(相手を追い詰める前に、パスを出した選手とフリーでボールを受ける選手のパスのラインに蓋をしながら出て行く。)

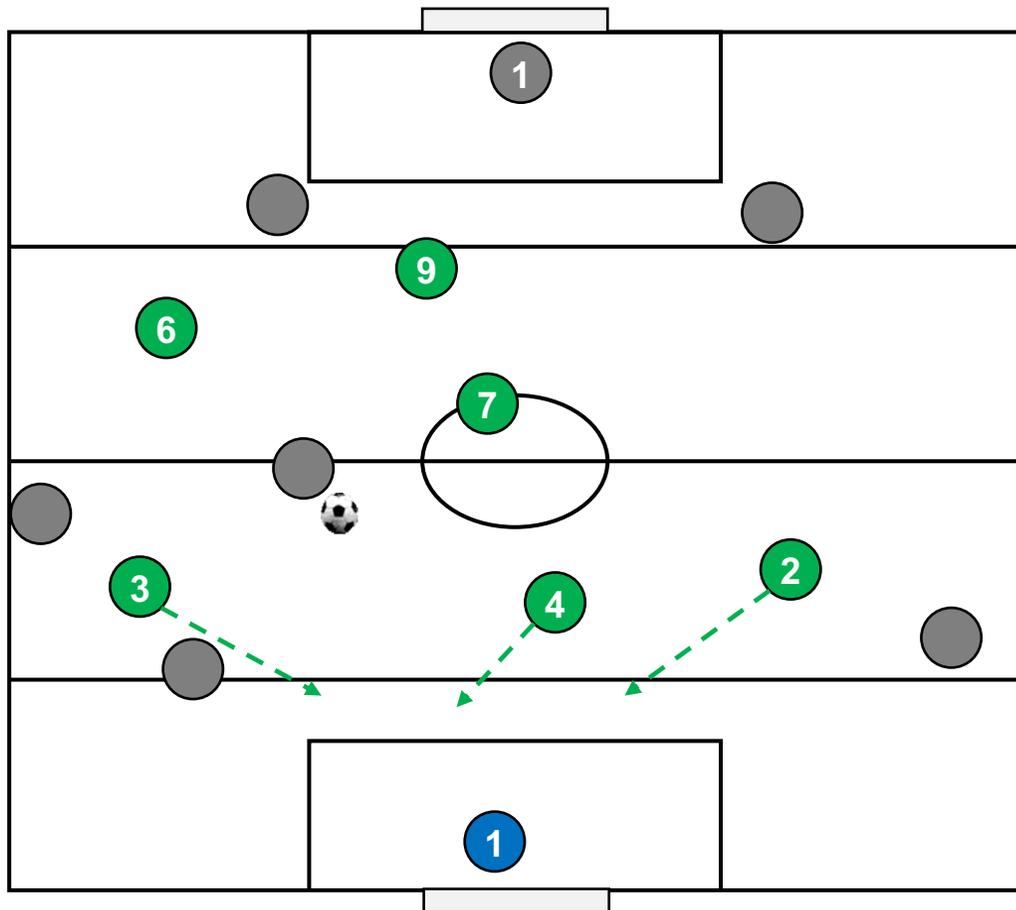
コンセプト:

ボールを覆わない

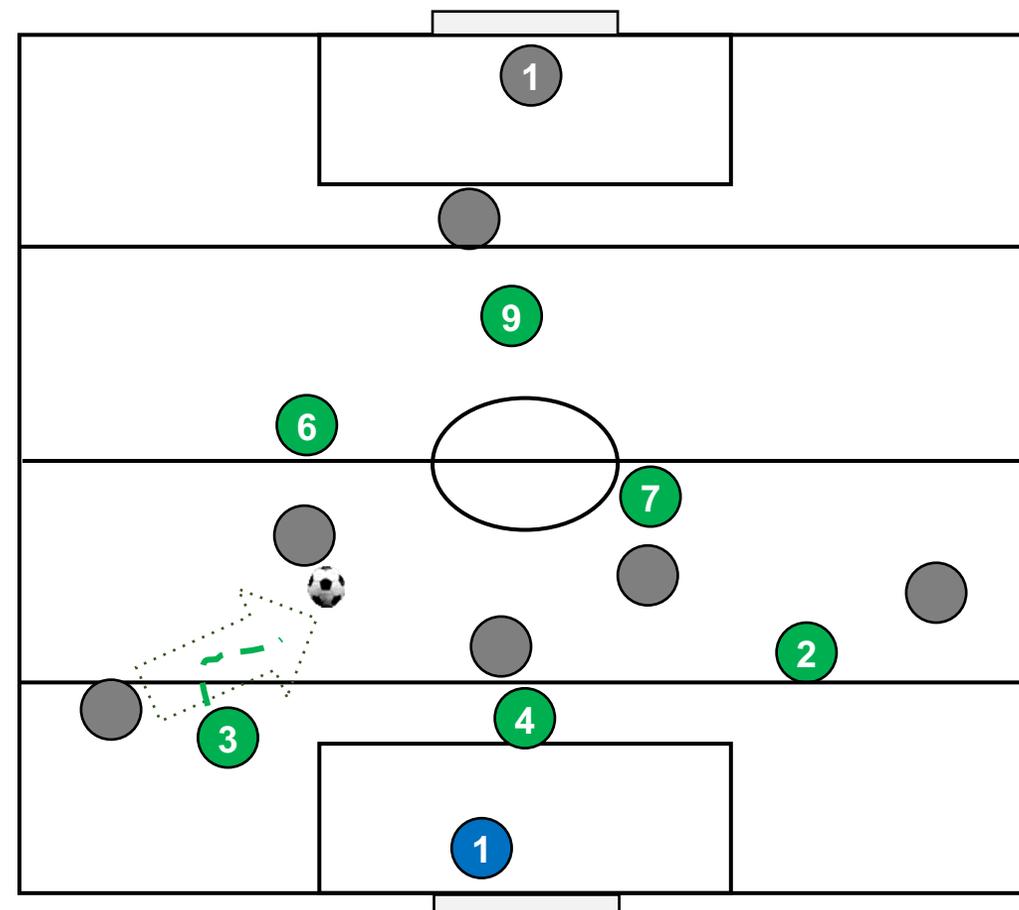
(相手がフリーでドリブルをしシュートを打てる時)

プレーを止める

(不利な状況の前に、ファールもしくはスローインを利用して後退する)



相手のドリブルに対する姿勢



相手を追い詰める

4. 組織的守備

4.3 ペナルティエリアのDF

仕組み:

相手の攻撃選手をマークする

(プレーが終わるまで相手をマンマーク)

インターセプトを狙う為にラインを形成する

(中盤はサイドの選手のカバー+センタリングのラインに蓋をする)

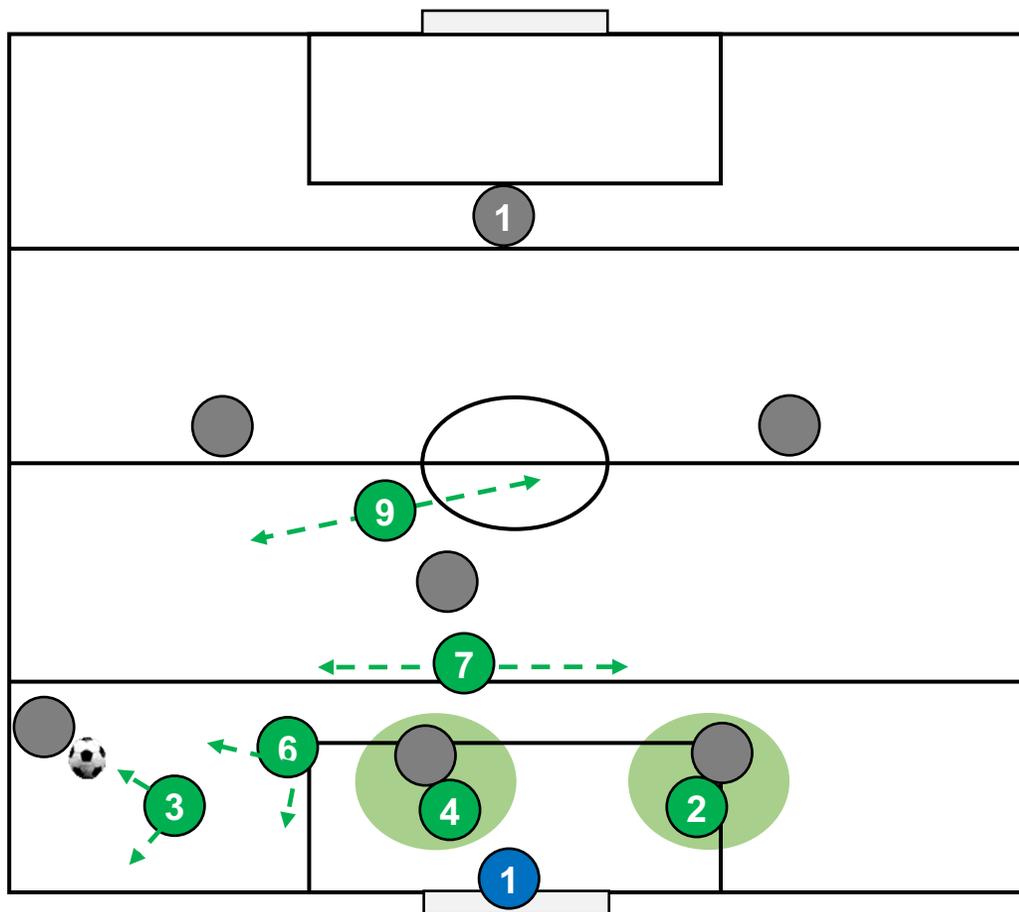
クリアするために第二ラインを形成する (中盤とフォワードの段階的な体の向き)

コンセプト:

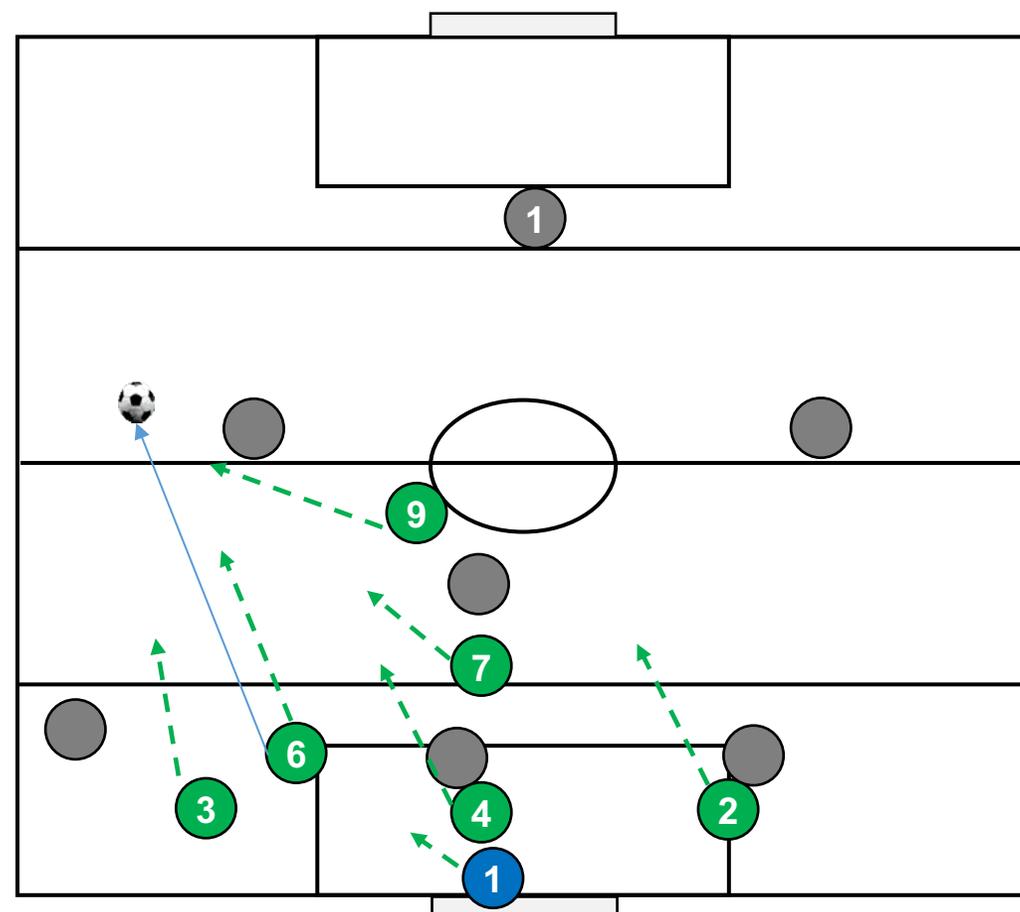
体の向きを整える(基準: ボール、相手とゴール)

マーカーに触れる

クリアした方向へラインを素早くあげる



ペナルティエリアのDF



クリアした後の素早いラインの押し上げ

4. 組織的守備

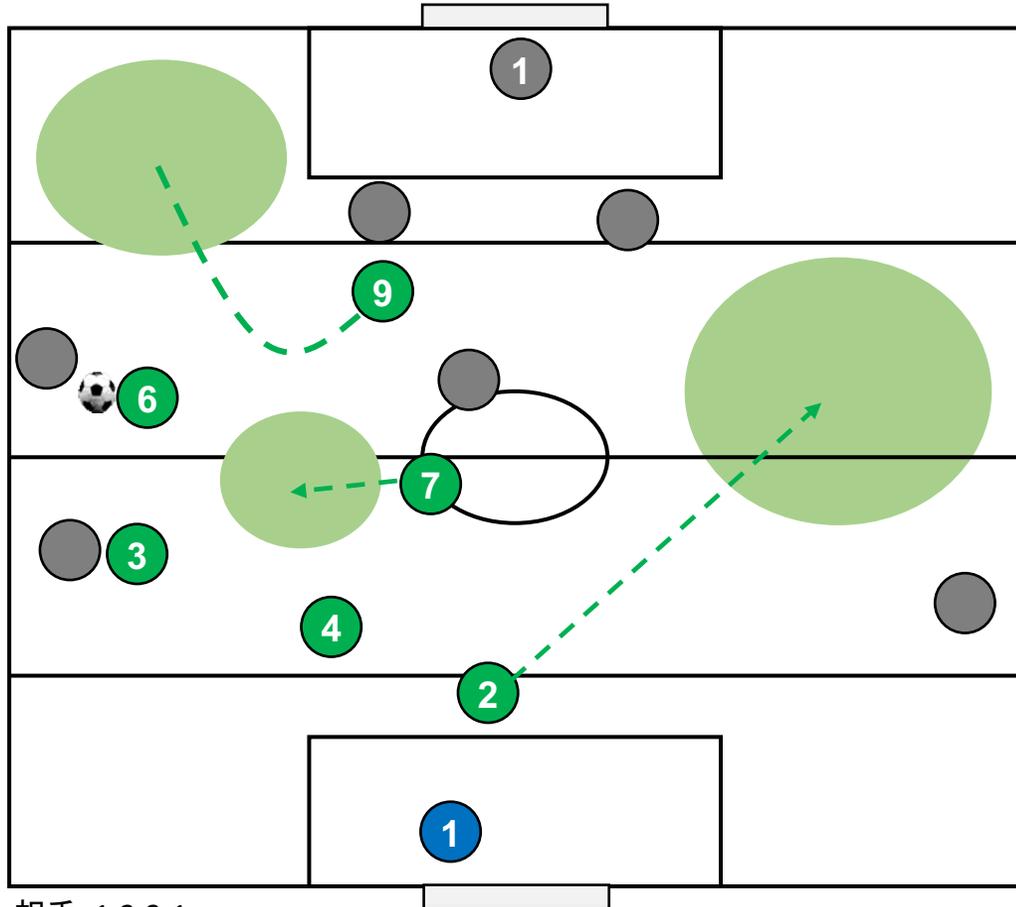
4.4 ボール奪取への準備

仕組み:

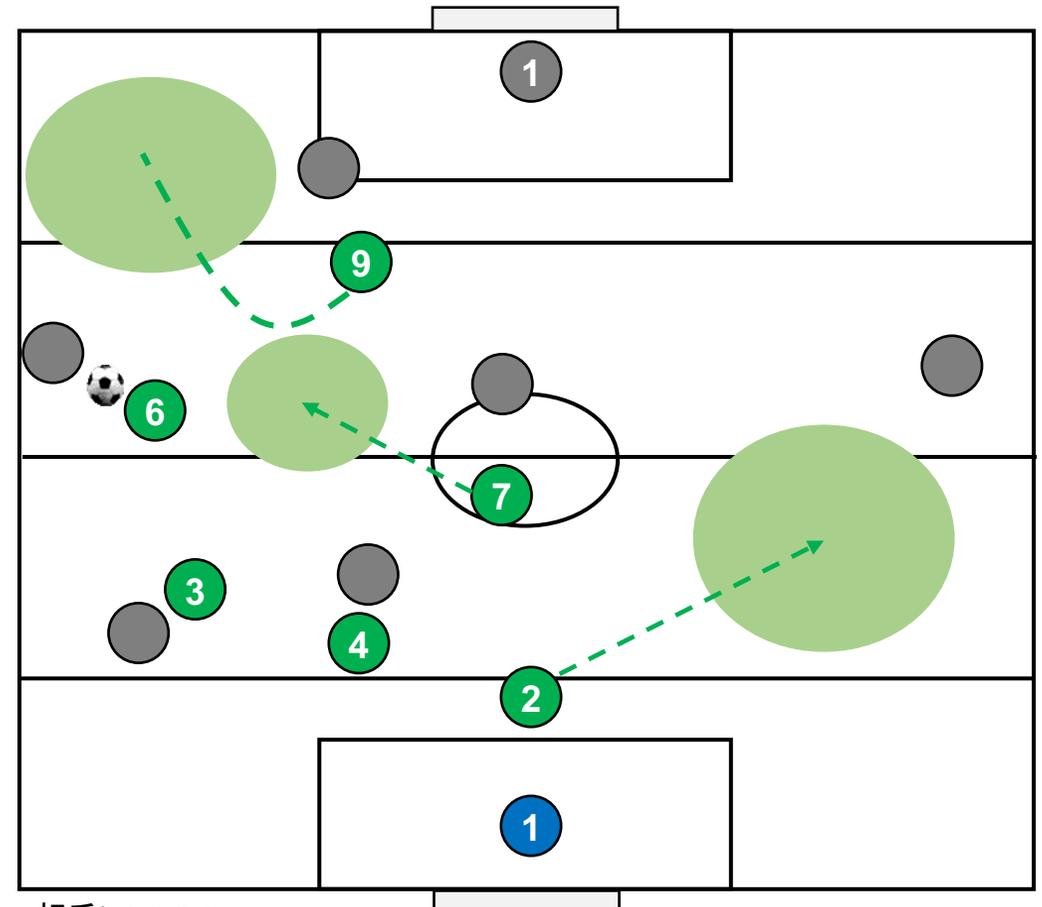
フォワードはアクションを起こす準備をし、スペースに飛び出す
近い中盤は最初のパスを受ける為に体の向きを整える
遠いサイドの選手は素早くフリーなスペースに飛び出す準備をする

コンセプト:

ボールを奪取したら安全なパス
中盤の前へ抜けた選手はサイドに落ちる
相手のフォワードの監視を分断する



相手: 1-2-3-1



相手I: 1-3-2-1

トランジション 守備-攻撃

内容:	仕組み:	コンセプト:
5.1 カウンターアタック	カウンターアタックの選択/ポゼッション 相手のウィークポイントを探しながらの素早い守攻の切り替え 相手に向かうドリブル 異なるマークを外す動き	常にボール保持者を超えていく サイドの選手がスペースにでる 第二波の選手 相手の弱点をつくパス
5.2 ポゼッション攻撃	カウンターアタックの選択/ポゼッション 相手に背中を向けてる場合はターンしない 遅攻 ポゼッションを確実にする為に遠いエリアにパスを送る 縦パスを入れずに、バックパスを優先する	安全なパスで間をつくる ボール保持者の後方のサポート 縦の3つのレーンを使う

”分割できない一貫性のあるプレー、オフENSEの
モーメントなくして、ディフェンスのモーメントなし。
一貫性のある機能が両方を構成する”

リージョ

5. トランジション 守備-攻撃

5.2 ポゼッション 攻撃

仕組み:

カウンターアタックの選択/ポゼッション(相手からボールを奪う前に、数的不利、ポジション不利もしくは相手に背を向けていないか)

遅攻 (チームがポジショニングする時間を与える)

ポゼッションを確実にする為に遠いエリアにパスを送る

(まずはじめに遠い選手にパスを入れるか、相手がたくさんいるゾーンからボールを出す)

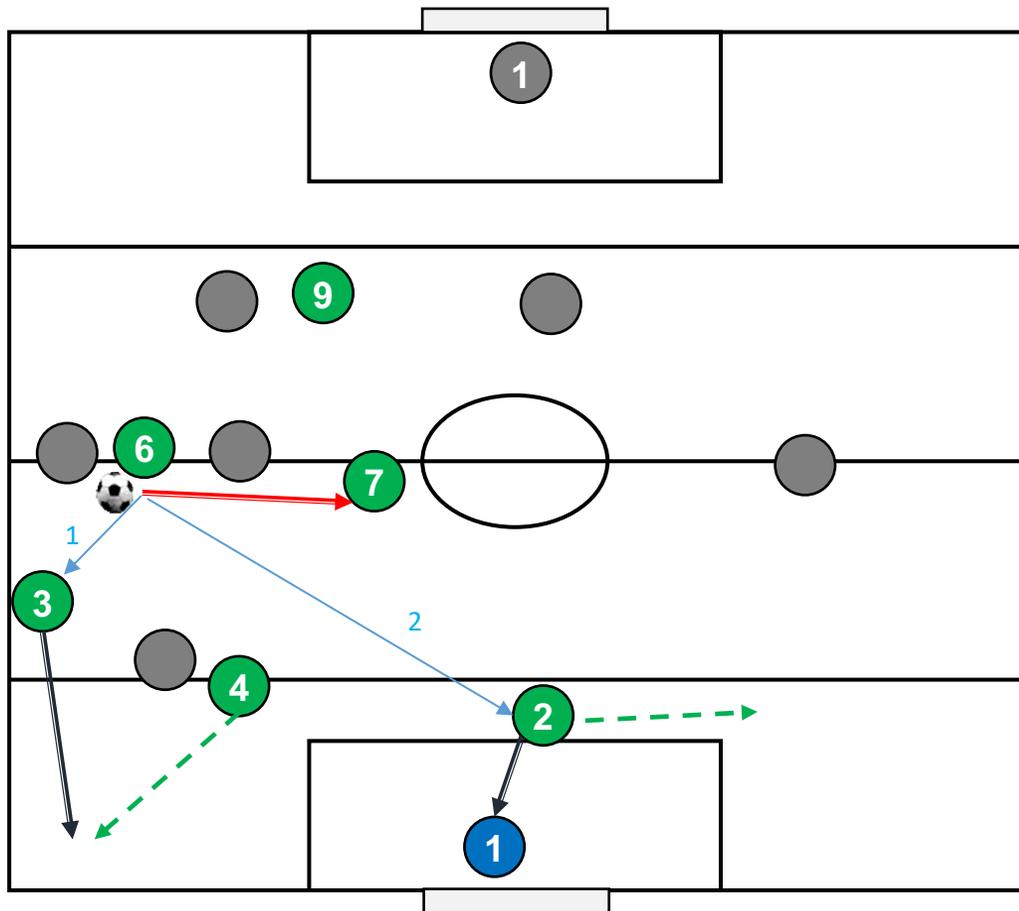
縦パスを入れずに、バックパスを優先する

コンセプト:

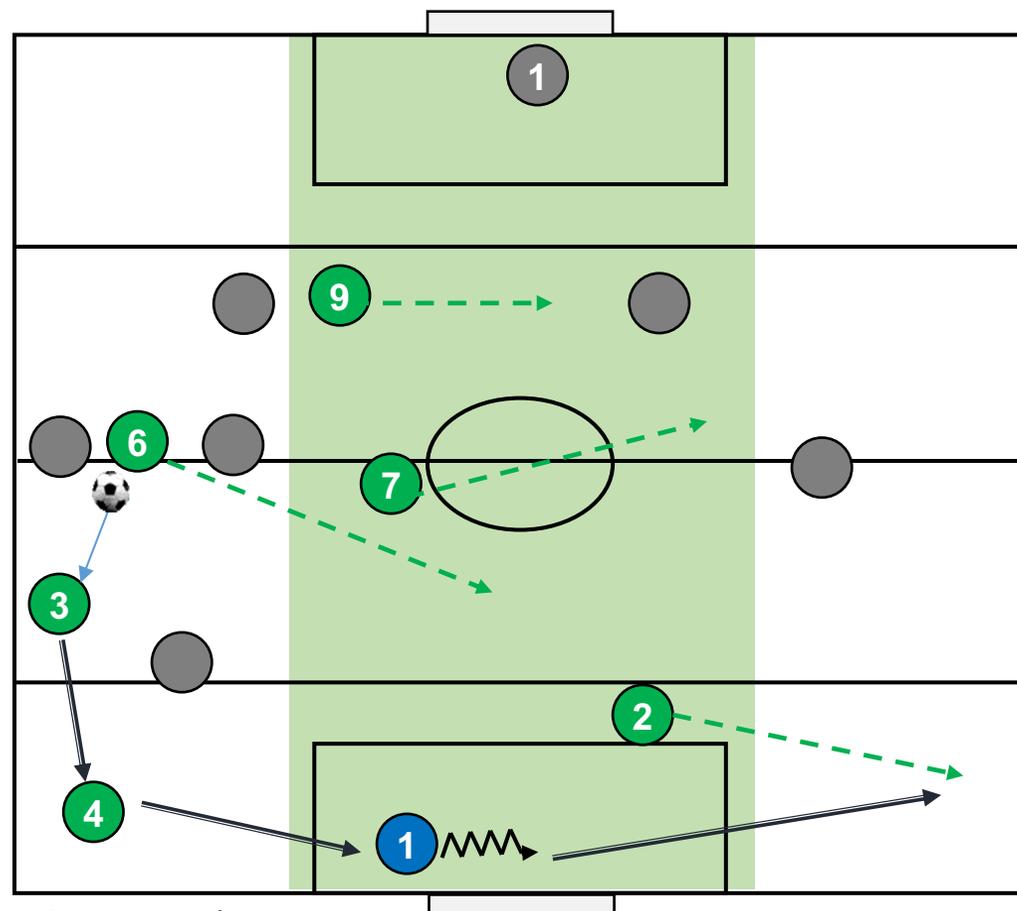
安全なパスで間をつくる

ボール保持者の後方のサポート

縦の3つのレーンを使う



後方への安全なパス、ポゼッションを確保する



後方でのサポート、3つのレーンを使う、再び組織的攻撃に戻る

6. トランジション 攻撃-守備

内容:	仕組み:	コンセプト:
6.1 ボールを失った方向へのプレス	プレスもしくは退去の選択 ボール保持者へのプレス ディフェンスとキーパーのスペース コンパクトなブロック 追い詰める ラインの前進	すぐにメンタルを切り替える ボールを受けれる選手へのマーク ボールを覆う 相手の背後
6.2 退去	プレスもしくは退去の選択 遅らせる ドリブルで前進する相手を危険度の低いゾーンに方向づける ディフェンスの深さ 中のスペースを閉じる 問題が起きる前に選手同士の役目を交換する	戦術的ファール ボールを覆わない 後方に下がる

“相手がボールを持っている時に考えるな、次の一步の一つは考えることをなくすこと!” Jesualdo Ferreira (Defensa en zona en el fútbol, Nuno Amiero),

6. トランジション 攻撃-守備

6.1 ボールを失った方向へのプレス

仕組み:

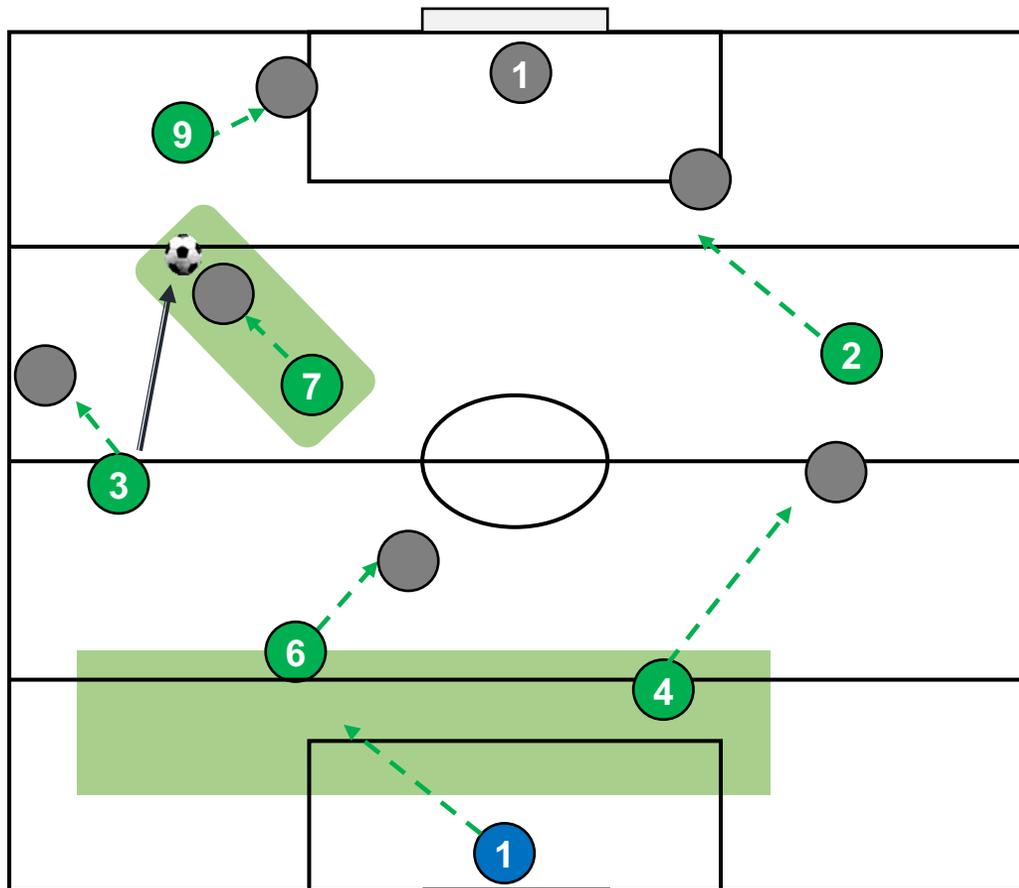
プレスもしくは退去の選択(数的優位がある時、後方にたくさんの選手がいる時、ボールの近くもしくはボール保持者が背中を向けてる時、プレスにでる。)

ボール保持者へのプレス(ボール保持者を追う、パスコースを切りながら、シュートコースを防ぎ、危険度の低いエリアへ方向づける)

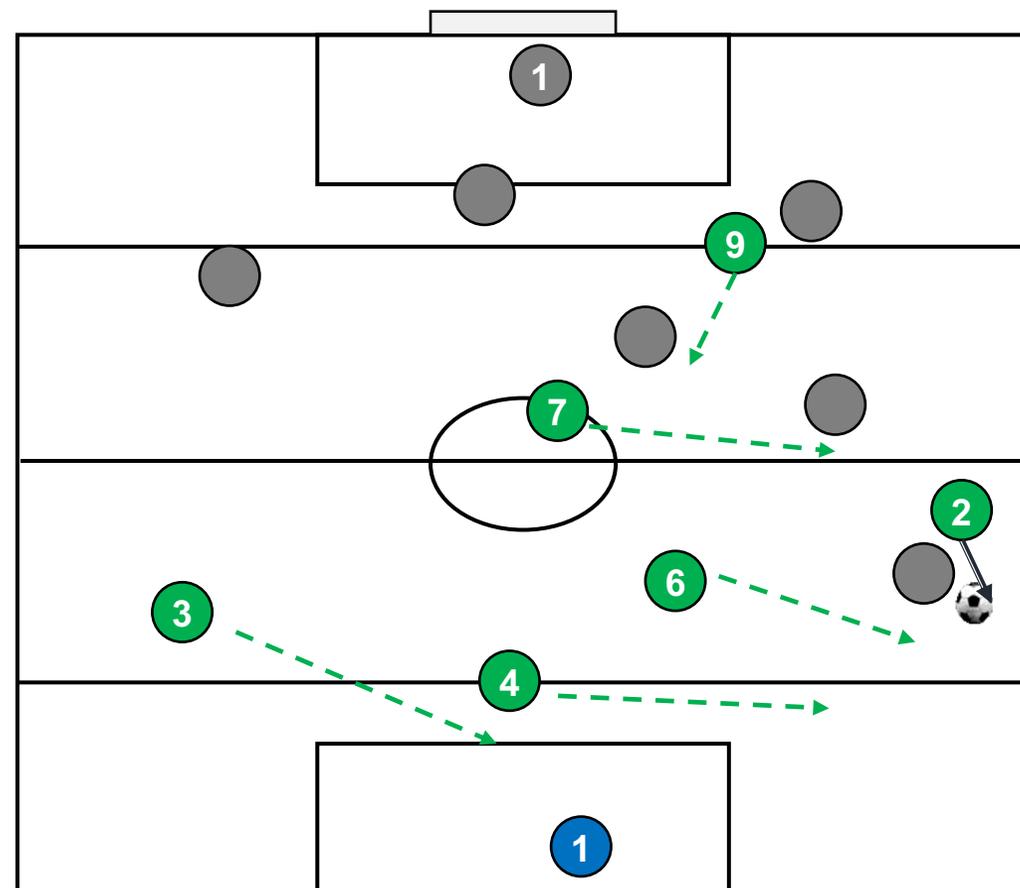
ディフェンスとキーパーのスペース(キーパーは相手のロングボールに対して注意を払う)

コンセプト:

すぐにメンタルを切り替える
ボールを受けれる選手への
マーク(特にアクションしているゾーン)
相手の背後



背中向きの選手
ボール保持者へのプレス



背後にいる選手と近くの相手

6. トランジション 攻撃-守備

6.1 ボールを失った方向へのプレス

仕組み:

追い詰める(もし必要であればプレスに飛び出す、フリーな選手のパスコースを消しながら)

コンパクトなブロック(チームメイトがプレスに飛び出す前に、相手のパスコースを防ぎながらチームメイトとの距離を縮め後に続く)

ラインの前進(プレスに出る時は全員でラインを押し上げる)

コンセプト:

すぐにメンタルを切り替える

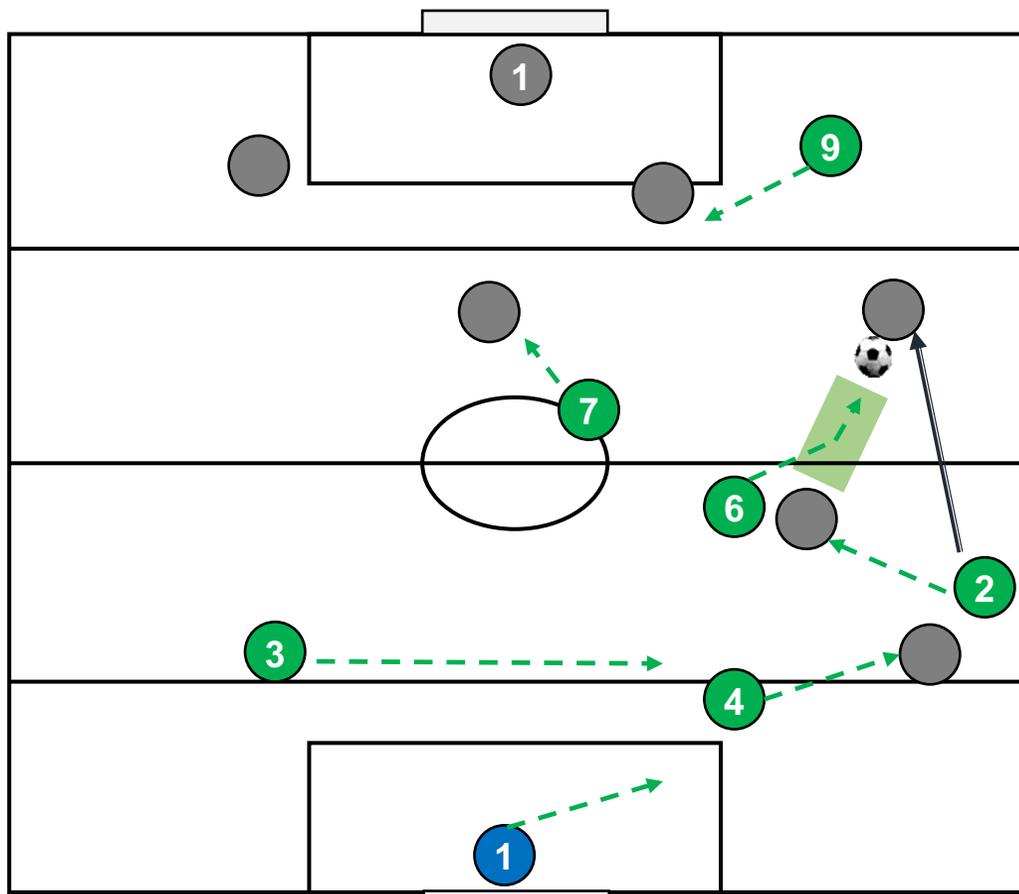
ボールを受けれる選手へのマーク

ボールを覆う

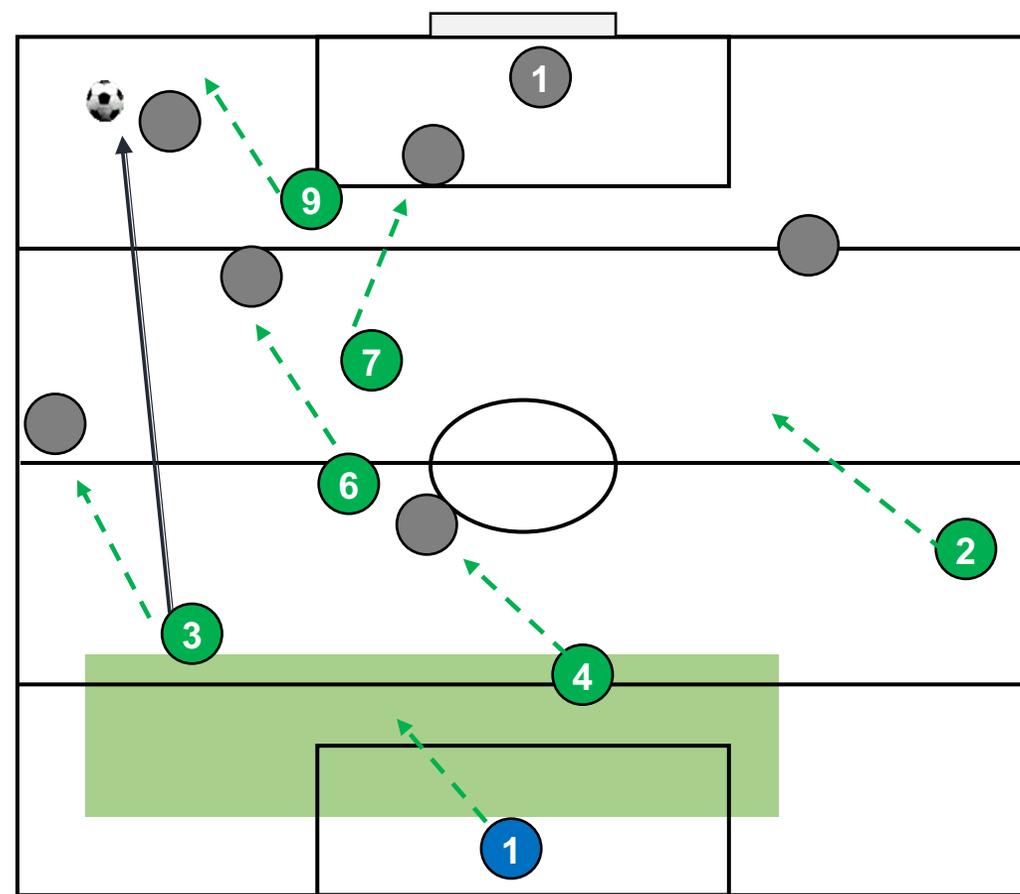
(ドリブルする相手が縦のパスコースもし

くは、シュートコースがない場合)

相手の背後



追い詰める
ボール保持者へのプレス



ラインを上げる
コンパクトなブロック

6. トランジション 攻撃-守備

6.2 退去

仕組み:

プレスもしくは退去の選択 (もしも数的不利な時、たくさんの選手がボールよりも前にいる時もしくは相手のボール保持者がフリーでドリブルしている時)

遅らせる(相手のドリブルに対してプレスに出る。チームに退去する時間を与える為に、もしくは相手のシュートを防ぐ為に。)

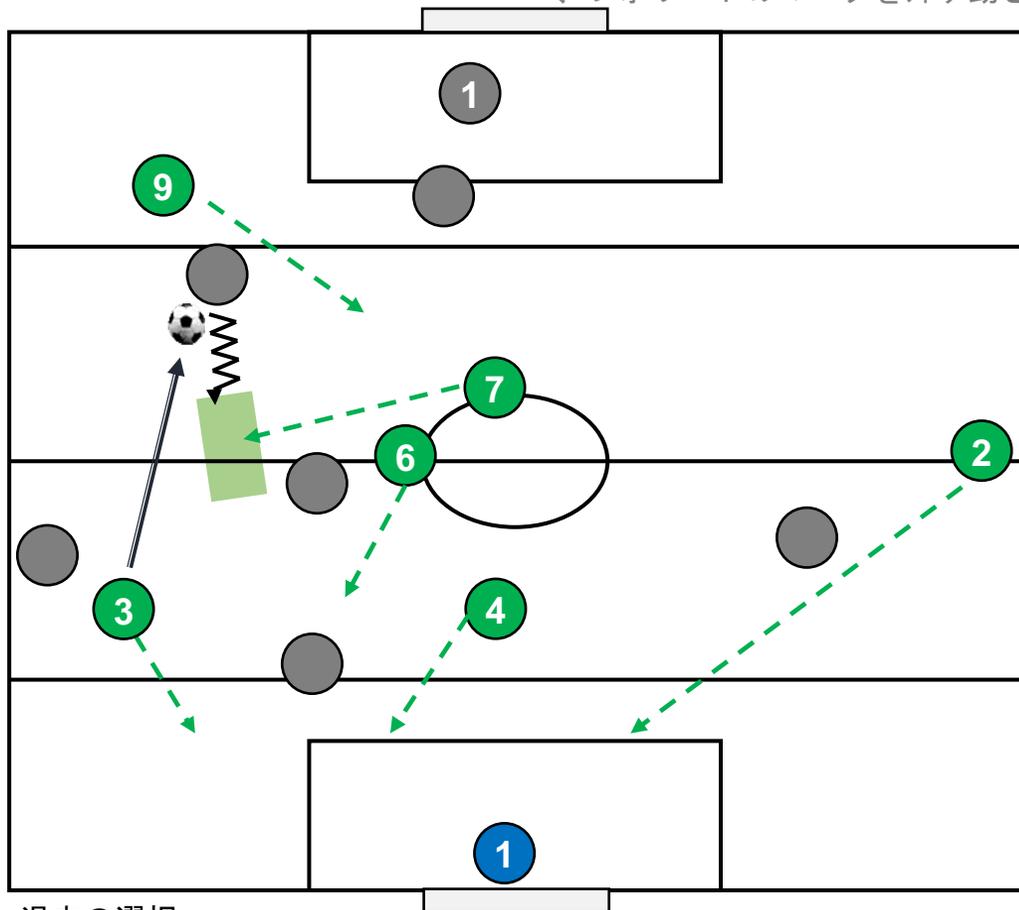
ドリブルで前進する相手を危険度の低いゾーンに方向づける

(前向きにフリーな選手がいる場合は、ディフェンスは縦のロングボール、フォワードのマークを外す動き、2列目からの飛び出しに注意する)

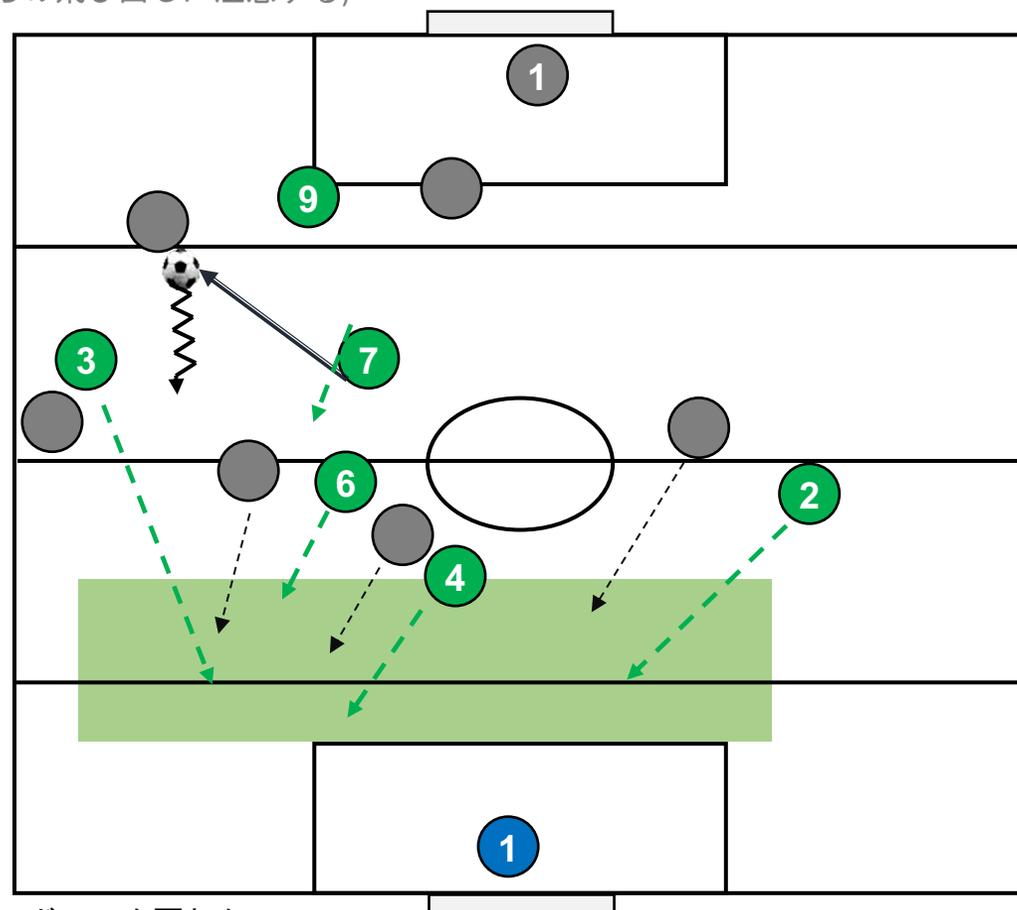
コンセプト:

ボールを覆わない(相手ボール保持者がドリブルをし、縦にパスコースがあり、シュートコースもある場合)

後方に下がる(ディフェンスの深さを探し、相手のフォワードにスピードで抜かされないようにする)



退去の選択
遅らせる



ボールを覆わない
後方に下がる
ディフェンスの深さ

6. トランジション 攻撃-守備

6.2 退去

仕組み:

中のスペースを閉じる

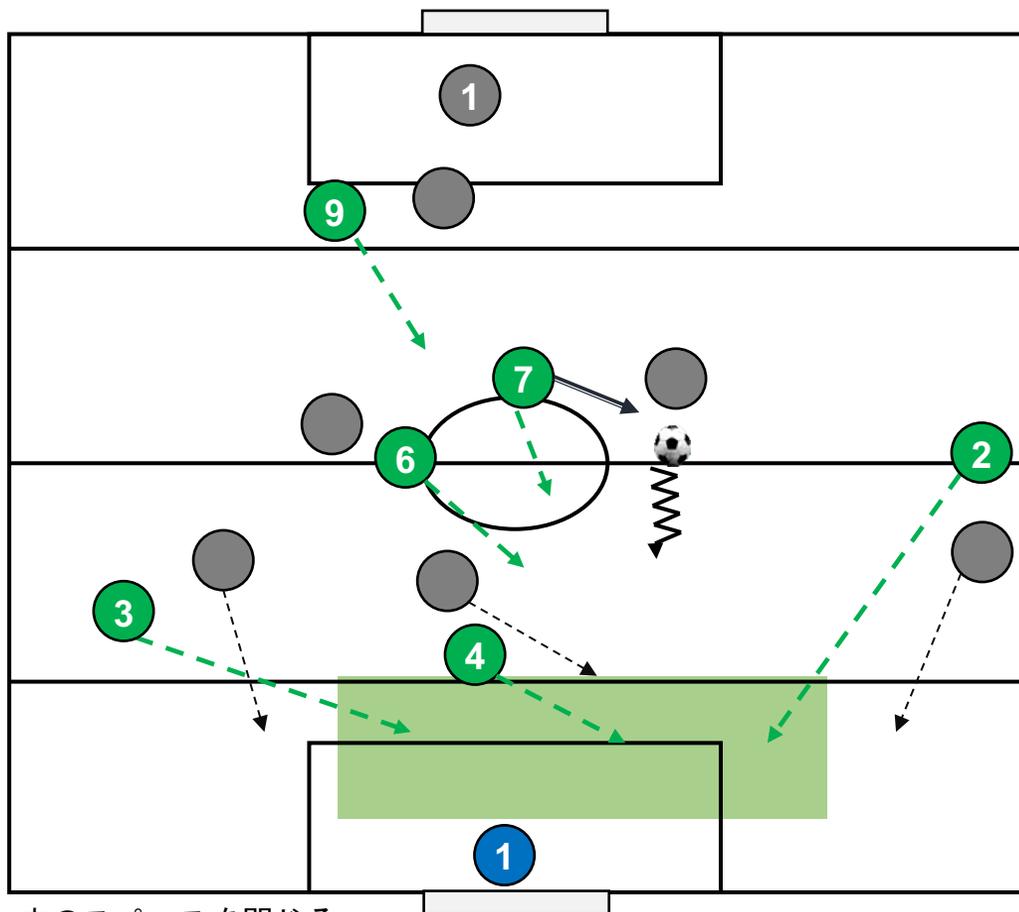
(フリーなボール保持者に対して、中のスペースをセンターバックとサイドの選手間で監視する、相手に対して斜めの動きを続ける。)

問題が起きる前に選手同士の役目を交換する

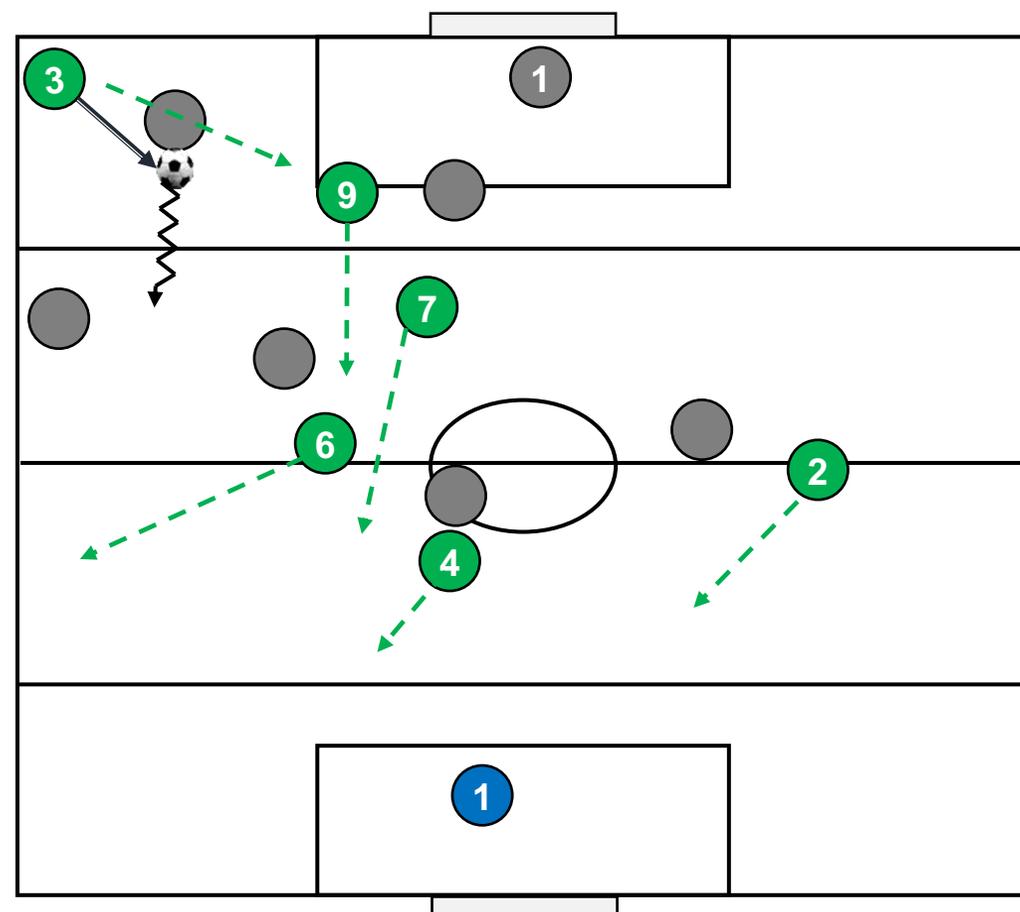
(もしも一人の選手がボールロストする、もしくは、ある選手が自分達のポジション以外でロストした場合に、近くにいる味方の選手がスペースを埋めて退去する。)

コンセプト:

戦術的ファウル(最終手段。相手の攻撃を止めるもしくは、自陣のゴールから近いエリアに置いて。)



中のスペースを閉じる



問題が起きる前に選手同士の役目を交換する

プレーモデルの図

局面:	内容:	仕組み:	コンセプト:
組織的守備	組織守備	フォワードは相手のセンターバックを前に置く 中央のラインにおける守備のフォワードと中盤の三角関係 ディフェンスの深さ 下のエリアにラインを下げる アクションゾーンへのスライド 中盤は斜めの関係, ボールはサイド斜めのスライド スペースの回復 相手のドリブルに対する姿勢 相手を追い詰める	ボール保持者に対するポジショニング カバー 後退する - 空中戦でのクリアのテクニック 空中にボールがある時 - 自陣でファールをしない ボール保持者に対するプレス サイドの選手は背後に相手がいる時にプレスに出ていかない マークとボールの距離関係 集団の姿勢 ディフェンスとキーパーの距離を短くする 背後の選手に対するプレス ボールを覆わない - プレーを止める
	プレス	中を閉め、外に向けてプレス 中盤から相手のサイドへプレス 中盤はセンターバックの前に フォワードは中央へのパスのラインを閉じる 遠いサイドの選手は斜め後ろからセンターバックのカバーをする	1対1の守備 抑止する為の軌道 パスのラインを閉じる ワンツーに対する守備 落としを奪う
	ペナルティエリアのDF	相手の攻撃選手をマークする インターセプトを狙う為にラインを形成する クリアするために第二ラインを形成する	体の向きを整える マーカーに触れる クリアした方向へラインを素早くあげる
	ボール奪取への準備	フォワードはアクションを起こす準備をし、スペースに飛び出す 近い中盤は最初のパスを受ける為に体の向きを整える 遠いサイドの選手は素早くフリーなスペースに飛び出す準備をする	ボールを奪取したら安全なパス 中盤の前へ抜けた選手はサイドに落ちる 相手のフォワードの監視を分断する

局面:	内容:	仕組み:	Conceptos:
攻守	ボールを失った方向へのプレス	プレスもしくは退去の選択 ボール保持者へのプレス ディフェンスとキーパーのスペース コンパクトなブロック 追い詰める ラインの前進	すぐにメンタルを切り替える ボールを受けれる選手へのマーク ボールを覆う 相手の背後
	退去	プレスもしくは退去の選択 遅らせる ドリブルで前進する相手を危険度の低いゾーンに方向づける ディフェンスの深さ 中のスペースを閉じる 問題が起きる前に選手同士の役目を交換する	戦術的ファール ボールを覆わない 後方に下がる

局面:	内容:	仕組み:	コンセプト:
組織的守備	ビルドアップ	横幅 縦の深さ 数的有利を利用する キーパー含めたボールの保持もしくは前進。 中央からの前進 - サイドからの前進 スロングポイント / ウィークポイント 前進 相手のプレスのラインを突破する	見る, 体の向きを整える キーパーが中央のエリアから始める そして、最後のモーメントまでの相手のシュートエリアからゴールを隠す ビルドアップ3 - ビルドアップ2 フリーな選手 3人目の選手、動き。(落とし) 空中の局面
	プレーの構築、前進	選手の役割 (オートマチックによる攻撃) ショートパス / ロングパス ボール保持者によるサイドチェンジの優先	サイドへ落ちる ワンツー - ダブルワンツー 3人目の選手、動き マークを外す体の向き 相手のライン間でボールを受ける パスのライン 3つの異なる縦のレーンを使う 明確なプレー
	フィニッシュ	遠いフォワードから近いフォワード - ニアサイド 遠いサイドバックと遠いミッドフィルダーが第二ラインに構える	斜めの動き ペナルティエリアではコントロールしない 早いクロスを優先する タッチライン際での1対1を探す ラストパスに対するビジョン エリア内でのチャージ、ため ファーサイドに入る
	ボールロストに向けた準備	攻撃の配置を監視する 遠いサイドバックの役割 最終ラインに数的有利 守備予測のためのディフェンスラインの前に 守備的ミッドフィルダー	監視 予測 カバー マーク

局面:	内容:	仕組み:	コンセプト:
守攻	カウンターアタック	カウンターアタックの選択/ポゼッション 相手のウィークポイントを探しながらの 素早い守攻の切り替え 相手に向かうドリブル 異なるマークを外す動き	常にボール保持者を超えていく サイドの選手がスペースにでる 第二波の選手 相手の弱点をつくパス
	ポゼッション攻撃	カウンターアタックの選択/ポゼッション 相手に背中を向けてる場合はターンしない 遅攻 ポゼッションを確実にする為に遠いエリアにパスを送る 縦パスを入れずに、バックパスを優先する	安全なパスで間をつくる ボール保持者の後方のサポート 縦の3つのレーンを使う

テクニック: 攻撃と守備のアクション

アクション :	定義:	キーファクター:
コントロール	自チームの攻撃を継続して行うためにボールをコントロールするアクションテクニック。	攻撃するもしくは、相手のマークの近くにボールを置かない ボールを止めない フリーなスペースにコントロールする ディフェンスから遠い足でコントロールする コントロールをする前に自分の近くの周りを見る
パス	ボール保持の為にボールを一定の場所から違うエリアに運ぶアクションテクニック。	ショートパスとロングパスを交互に行う 有利なスペースへのパスを優先する 味方のアクションに対して簡単にパスをする 様々なオプションのパスができるように顔をあげて周りを見る
シュート	ゴールを奪う為に相手ゴールへとボールを到達させるアクションテクニック。	低いシュート シュートを打った後に止まらない ゴール方向に体を向ける できるだけ早くシュートを打つ ディフェンスのアクションを予測する 素早くアクションに取り掛かり、シュートコースを決める 決断して攻撃をする。止まらない
運ぶドリブル	ある一定の場所から違うエリアへボールを足で運ぶアクションテクニック。	顔を上げながら周りの状況を見てボールを運ぶ ボールを相手から守る (相手のことを頭におき、相手から遠い足でボールを運ぶ) 相手のアクションを困難にさせる為にサイドを変える 相手が近いスペースでは小さくタッチ、相手がいないスペースでは大きくタッチ フリーなスペースにドリブルするもしくは味方の選手をフリーにさせる為に相手に向かってドリブルする

テクニック: 攻撃と守備のアクション

アクション:	定義:	キーファクター:
抜くドリブル	ある一定の場所から違うエリアへボールを足で運び相手をかわすアクションテクニック	相手を騙す 遅くから速く、速くから遅く、リズムを変える 相手を抜いた後に次のアクションを続ける 相手を抜いた後に相手の走るコースに入り、相手のスペースを切り取る 相手の足の位置を観察する
タックル	ボールを保持する相手からボールを奪うアクションテクニック	相手に突破されない 半身の体勢から相手を外のスペースに方向づける位置に立つ 相手がコントロールミスをした時にタックルする 相手のドリブルに対して最適な距離を保つ 相手が背中向きでコントロールした場合、相手との距離を詰める
ボールキープ	相手の激しいプレスからボールを保持するテクニックアクション	相手とボールの間に体を置く 腕を伸ばし、相手に触れておく ボールは相手から遠い足に置く
クリア	危険なシチュエーション及び、相手がコントロールを続けることが可能な場合に最終的にボールを手放すアクションテクニック	上もしくはサイドにクリアする クリアしラインを上げる 止まらずに遠くにクリアする クリアした後に相手チームがコントロールをした場合、ラインを上げることを止める。

“El objetivo será realizar acciones idóneas y correctas técnicamente de forma automatizada, sin ser conscientes de la ejecución, ya que ello conlleva una ralentización en la ejecución. Los recursos técnicos están al servicio de las intenciones y de las decisiones, y el entrenamiento abundante y variado permitirá liberar la atención consciente de la tiranía de su propia ejecución, relegando esta misión a otros niveles de su sistema nervioso, no por ello menos importante” (Pérez & Gabilondo, 2005a)

守備アクション:	定義:	キーファクター:
カバール	<p>相手をマークする味方と自陣のゴールの間に入るアクション。 味方が相手に抜かれた場合もアクションを起こす。</p>	<p>シチュエーション:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 数的優位 (2:3-1:2) フリーな選手はカバー. - 数的同数 (2:2 ...) カバールをし、斜めに向かって自分のマークを観察する. - 数的不利 (3: 2), カバール、斜めに向かって相手を遅らせ、監視する <p>1) 特に距離間に注意し、相手を方向づける。相手の機能、チームメイト、シチュエーション。 2) オフサイドを利用する。</p> <p>- 数的同数または数的優位の状況、あるいは数的不利の場合に、確立したプレーモデルのシチュエーションに移行するために様々なバリエーションのカバールをする必要性がある。</p>
ペルムータ (カバールのカバール)	<p>自分たちのマーカーに抜かれた場合にカバールに入った味方のスペースを埋めるアクション</p>	<p>1) 相手に抜かれた後に自分のカバールに入った味方のカバールに入るためにリズムを変える。 2) No seguir al contrario. 3) ボール、味方、ボールポジションが変わるまで、スペースを埋める強化する 4) ディフェンスラインあるいは味方をサポートするために常にゴール方向に斜めに移動する</p> <p>- Se puede realizar una permuta ofensiva ocupando la "zona defensiva" que deja un compañero que se ha incorporado al ataque</p>

Las acciones de la táctica son "el conjunto de habilidades y posiciones (en ataque y defensa), realizadas en las diferentes situaciones de la táctica por los jugadores que no tienen la pelota para superar o contrarrestar las acciones de su adversario" (Frattarola, 2009).

個人戦術: 守備アクション

ディフェンスアクション:	定義:	キーファクター:	
<p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">マーク</p>	<p>ボールを持っていないチームの選手が相手に対してボールを受けさせない、プレーを阻止するもしくはボールを奪うアクション</p>	<p><u>ドリブルに対するマーク:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) シチュエーション: 相手とボールの間の架空のライン 2) ポジション: 素早くリアクションを起こす (腰を落とす、体の向きとサイドステップ) 3) 相手とディフェンスの特徴によって距離間を変える。基本的には1mから2m。 4) ディフェンスの態度、姿勢 <p><u>第一段階 接近:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ボール保持者とディフェンスの距離の調節 2) ディフェンスの特徴の決定 - オフェンスとシチュエーション <p><u>第二段階 遅らせる:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 相手に抜かれないように遅らせるアクションによる距離間 2) 相手の前進を困難にさせる 3) タックルをすることなく、組織的守備をサポートする時間を与える 4) 相手の特徴、性格をつかみ、アクションを合わせる 5) いつ遅らせる: - 相手が速いスピードでボールをコントロールし前進する時、数的不利な時、ボールが止まった状態から相手が早くボールを出した時 <p><u>第三段階 ボール奪取</u></p>	
<p><u>マークのポジショニングの基礎:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ボール、相手、ゴールの間に位置する。一度で相手とボールが見れる位置 2) ボールの位置、相手、シチュエーションによってポジションを再調整する 3) 相手が背後にいる場合、ボディコンタクトを使う 4) 5) センタリング時の相手に注意する: 相手のリズムの変化によって抜かれないように相手とゴールの間に入る 6) センタリング時に相手に背後を取られないように、ボール、ゴール、相手との間に入り注意を払う 	<p><u>マーク中の注意:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 相手の特徴に対応し、アグレッシブなシチュエーション、テンション、に自ら注意を払う 2) 素早いステップワーク、タックルをしたら遅らせる 3) ボールを常に見る 4) ボディコンタクトを使って、フェイントしタックルする 5) ディフェンスの背後を取られることのないように、プレスし、相手を方向づける 6) 接近するスピードを調整する 7) 相手がパスをして、マークを外す動きをしたらボールを追わない 8) 相手が正面からスピードに乗って前進してきたら、惹きつけられないよにする 9) 相手が後ろ向きでボールを受けたら、距離を詰めバックパスを阻止する 	<p><u>予測の一般的な特徴:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 方向 2) プレーのビジョン (どこに相手がいるか把握) 3) タイミング 4) 速さと移動する距離感覚 5) リアクションスピード 6) 周辺視野 <p>いつ行うか:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 相手がボールコントロールする時 2) 相手がシュートする時 3) 相手の能力が高い時もしくは速い時 <p>どこで行うか:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) パサーと受けての間のフリーなボールの軌道上 	<p><u>予測の為の心理的特徴:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 集中力, アグレッシブさと信頼 <p>予測後に発生するシチュエーション: これらの項目を行うべき</p> <ul style="list-style-type: none"> - ボールを奪い、相手からのプレスを受けない - ボールを奪ったが、相手からプレスを受ける - ボールを奪っていないが、味方が奪っている時 - No se recupera el balón pero lo hace un jugador l'altre equi - ボールが相手チームの保持中に外にでる - ボールが外に出たが、相手チームボールの場合 - 予測する選手が必要な場合 - 予測する選手がファールを受けた場合
<p><u>ボールを受けることのない相手へのマーク(監視):</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 縦に深い位置でボールが受けることが出来ないように。抜かされることがないように。 2) 相手とボールを両方みる 3) 味方へのサポートとカバーを優先し、次にボールが近くになる味方に対しての背後を見る 4) 相手にボールが近寄る前に、相手との距離を詰める 5) 自陣のゴールの中心と相手との間のラインに位置する 6) 相手がフィニッシュする場合はプレスに出る 	<p><u>ボールを受けることのできる相手へのマーク:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 相手のパスのラインを減らし、パスを防ぐ 2) 相手がボールを受けることを防ぐ(予測/インターセプト) 3) プレスによって相手のコントロールミス进行を誘う。もし、コントロールをしたらプレスの強度を高める 4) ボール保持者のマークをしている味方へのカバー 5) ボールを見る視野と相手を見る視野。相手へ注意を払いすぎると、相手とボールの両方を見れない。 	<p><u>ボール保持者に対するマーク:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 相手のワンツースに対して自分のマーカーへのマークを続ける、ワンツースに対して他の相手にマークを付いている味方にマーカーを受け渡す 2) 前進する相手に対して前進を阻止すると共にボール奪取を行わない 3) 背中向きな相手をターンせない、もしターンをされた場合は抜かれないようにする 4) プレーを困難にさせる。考える時間を与えない。 5) フィニッシュゾーンでセンタリングが上がった場合は相手と同じタイミングでジャンプする 6) フィニッシュゾーン以外で、特に優位性がない場合はジャンプするフェイントを使って、時間を使う。 7) ボール保持者がボールを蹴る時にインターセプトを狙う、背中を向けないあるいは相手のアクションを困難にさせる、プレスをかけることができる距離まで近づく。 8) ボールを奪う前に相手の機能を知っておくべきである。相手のチームメイト、ゾーン、局面 9) 相手の理想のカウンターアタックに対してファールをする (なるべくカードをもらわないように) 抜かれるリスクがある場合に、フィニッシュゾーンから離れた場所で行う 	

個人戦術: 攻撃アクション

攻撃アクション:	定義:	キーファクター:
<p>横の幅</p>	<p>グラウンドを横に広く使うために実現するアクション。攻撃のゾーンを広げるため、存在するゾーンを広く使うことを可能にする。サイドの選手だけでなく、センターバックのゾーンだけでなく、選手間の間隔を優先する。</p>	<p>キーファクター:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 各プレーのシチュエーションに置いて味方とボールとの距離を最適にする / 相手 / スペースを作る / 攻撃時にボールロストする機会をなくすために時間を作る 2) 横に幅を作って一度パスのラインにあらわれる 3) 一人で二つのマークを持っているの相手に対して困難を与える 4) 一つのゾーンでプレスを受けた時にサイドチェンジを簡易にさせる 5) 同じラインにボールがあり、自分のポジションとは違う方向にプレーが進む場合であっても、横の幅を保つ。しかし、ボールロストした場合に備えて、少し後ろのラインにポジショニングをする。
<p>縦の深さ</p>	<p>ボールを持っていない選手の移動、ポジション。前方もしくは後方に向かって行う。ボールに対して最適な距離にあらわれる。</p>	<p>キーファクター:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 各プレーのシチュエーションに置いて味方とボールとの距離を最適にする / 相手 / スペースを作る / 攻撃時にボールロストする機会をなくすために時間を作る 2) 相手のラインを越えるために縦の深さを作り相手の背後でボールを受ける 3) 手前のラインにいるボール保持者に対して斜めの位置に立つ / 次に相手のデフェンスがボールと自分のマーカーを一度で見れない位置に立つ 4) ライン間でバランスよくボールが前進している場合、前進（アクション）を続ける 5) ボール保持者にパスのオプションが無く、リズムを変えた場合に、ボールを受けるために近寄る
<p>デスマルケ</p>	<p>優位性のあるボール保持者からボールを受けるために、マンマークする相手から離れるアクション。</p>	<p>キーファクター:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) パスのラインを探すために、急激な方向転換、フェイント、短いムーブメント。前方あるいは後方へ。 2) 相手が一度に我々とボールを見ることが出来ていないか確認するために視野を保つ 3) Mantener la atención constante sobre el poseedor y su marca マークを外す機会を伺うために、ディフェンダーとボール保持者をコンスタントに配慮する 4) 自分のポジションにボールがある時、あるいは無い時に違いまたは変化をつける 5) ボールを受けることが目的では無い場合、相手をひきつける 6) 相手の特徴、性格を知る 7) マークを外す動きのそれぞれの機能の違いを合わせて知る: 予測、サポート、同じライン間より、手前のラインより、次のラインより、深さ

プログラムセッション

マイクロ シクロ:	セッシ ョン:	日付:	ピリオド:	テクニック 目的:	局面:	内容:	仕組み:	コンセプト:
1	1	20-9-16	プレシーズン		組織的守備	組織守備	フォワードは相手のセンターバックを前に置く 中央のラインにおける守備のフォワードと中盤の三角関係 アクションゾーンへのスライド	集団の姿勢 ボール保持者に対するプレス ボールとマークの距離間 ディフェンスとキーパーの距離を短くする
2	2	27-9-16	プレシーズン		組織的守備	組織守備	中盤は斜めの関係, ボールはサイド 斜めのスライド 相手を追い詰める	サイドの選手は背後に相手がいる時にプレスに出て いけない 体の向き カバー
3	3	4-10-16	プレシーズン		組織的攻撃	ビルドアップ	横の幅 縦の深さ	見る、体の向きを整える キーパーが中央のエリアから始める そして、最後 のモーメントまでの相手のシュートエリアからゴール を隠す
4	4	11-10-16	シーズン		組織的攻撃	ビルドアップ	数的有利を利用する キーパー含めたボールの保持もしくは前進	キーパーが中央のエリアから始める そして、最後 のモーメントまでの相手のシュートエリアからゴール を隠す ビルドアップ3-ビルドアップ2
5	5	18-10-16	シーズン		組織的守備	プレス	中を閉め、外に向けてプレス 中盤から相手のサイドへプレス フォワードは中央へのパスのラインを閉じる	抑止する為の軌道 パスのラインを閉じる ワンツーに対する守備 落としを奪う
6	6	25-10-16	シーズン		組織的攻撃	ビルドアップ	サイドからの突破 ストロングポイント/ウィークリーポイント キーパー含めたボールの保持もしくは前進	見る, 体の向きを整える ビルドアップ3と2 フリーな選手
7	7	8-11-16	シーズン		組織的攻撃	プレーの構築	プレーヤーの役目(オートマチック) ショートパス/ロングパス	サイドに落ちる ダブルワンツー 3人目の動き 相手のマークを外す為の体の向き 相手のライン間でボールを受ける パスのライン

マイクロシークロ:	セッション:	日付:	ピリオド:	テクニック目的:	局面:			内容:	仕組み:	コンセプト:
8	8	15-11-16	シーズン		組織的守備			組織守備	ディフェンスの深さ 下のエリアにラインを下げる	空中戦でのクリアのテクニック 後退する
9	9	22-11-16	シーズン		組織的守備			プレス	中盤はセンターバックの前に 遠いサイドの選手は斜め後ろからセンターバックのカバーをする	1対1の守備 ワンツーに対する守備
10	10	29-11-16	シーズン		組織的守備			ペナルティエリアでの守備	相手の攻撃選手をマークする インターセプトを狙う為にラインを形成する クリアするために第二ラインを形成する	体の向きを整える マーカーに触れる クリアした方向へラインを素早くあげる
11	11	13-12-16	シーズン		組織的攻撃			ビルドアップ	中央からの突破 前進	見る,体の向きを整える ビルドアップ3もしくは2 フリーな選手
12	12	20-12-16	シーズン		トランジションオフense			ポジション攻撃	遅攻 ポゼッションを確実にする為に遠いエリアにパスを送る 縦パスを入れずに、バックパスを優先する	安全なパスで間をつくる ボール保持者の後方のサポート 縦の3つのレーンを使う
13	13	10-1-17	シーズン		組織的守備			ボール奪取に向けた準備	フォワードはアクションを起こす準備をし、スペースに飛び出す 近い中盤は最初のパスを受ける為に体の向きを整える	ボールを奪取したら安全なパス 中盤の前へ抜けた選手はサイドに落ちる 相手のフォワードの監視を分断する
14	14	17-1-17	シーズン		組織的攻撃			プレーの構築	ボール保持者の優先事項 サイドチェンジ	縦に3つに分けたレーンを使う 明確なプレー
15	15	24-1-17	シーズン		組織的攻撃			フィニッシュ	フォワードは遠くから近く -ニアサイド 遠いサイドの選手と 攻撃的な中盤は第二ラインに入る	斜めの動き ペナルティエリアでコントロールをしない 速いセンタリングを優先する サイドのタッチライン際での1対1を探す ラストパスに対するビジョン エリア内でのチャージ、ため ファーサイドに入る
16	16	31-1-17	シーズン		組織的攻撃			ボールロストへ向けた準備	攻撃時の配置を監視する 遠いサイドの選手の役目 最終ラインに数的優位を作る 守備予測のためのディフェンスラインの前に守備的ミッドフィルダー	オフense時の監視 予測 カバー マーク

プログラムセッション

マイクロ ロシク ロ:	セッ ショ ン:	日付:	ピリオド:			テクニッ ク目的:	局面:	内容:	仕組み:	コンセプト:
17	17	7-2-17	シーズン				トランジション ディフェンス	ボールを失っ た方向へのプ レス	プレスもしくは退去の選択 ボール保持者へのプレス ディフェンスとキーパーのスペース	すぐにメンタルを切り替える ボールを受けれる選手へのマーク 相手の背後
18	18	14-2- 17	シーズン				トランジション ディフェンス	ボールを失っ た方向へのプ レス	追い詰める コンパクトなブロック ラインの前進	すぐにメンタルを切り替える ボールを受けれる選手へのマーク ボールを覆う 相手の背後
19	19	21-2- 17	シーズン				トランジション ディフェンス	退去	プレスもしくは退去の選択 遅らせる ドリブルで前進する相手を危険度の低いゾ ーンに方向づける 守備の深さ	ボールを覆わない 後方に下がる
20	20	28-2- 17	シーズン				トランジション ディフェンス	退去	中のスペースを閉じる 問題が起きる前に選手同士の役目を交換す る	戦術的ファウル
21	21	7-3-17	シーズン				トランジション オフense	カウンターア タック	カウンターアタックのの選択/ポゼッショ ン 相手のウィークポイントを探しながらの素 早い守攻の切り替え 相手に向かうドリブル 異なるマークを外す動き	常にボール保持者を超えていく サイドの選手がスペースにでる 第二波の選手 相手の弱点をつくパス
22	22	14-3- 17	シーズン				トランジション オフense	ポゼッション 攻撃	カウンターアタックの選択/ポゼッション 後ろ向きでボールを奪ったらターンしない	安全なパスで間をつくる ボール保持者の後方のサポート 縦の3つのレーンを使う
23	23	21-3- 17	シーズン				組織的守備	組織守備	相手のドリブルに対する姿勢 スペースの回復	ボールを覆わない プレーを止める 自陣でファウルをしない 背を向ける選手に対するプレス
24	24	28-3- 17	シーズン				組織的攻撃	ビルドアップ	相手のプレスラインを突破する	3人目の動き(落とし) ボールが空中にあるとき