

## (2) プレーの原則による分析

これまで日本で使用してきたプレーの原則は、1968年にアラン・ウェイドが「The FA Guide to Training and Coaching」にまとめたものを参考に、攻撃4項目と守備4項目で表されていました。そのイングランドは、サッカーの発展とともにプレーの原則を練り上げ、現在では攻撃5項目と守備5項目で表しています。

日本も議論を重ね、プレーの原則を2022年より攻撃5項目、守備5項目で表すことにしました。具体的には、これまでのプレーの原則で、守備の「遅らせる」にあたる「ボールを奪いに行くことで相手の攻撃を遅らせること」と「ボールと自陣ゴールの間に入ることで相手の攻撃を遅らせること」について、前者を「プレス」、後者を「遅らせる」という名目に分けて同じ階層に位置付けました。同様に、攻撃ではこれまでの「突破」にあたる「ゴールに向かうこと」ができなかったときや突破の選択肢を増やすために行う「サポート」を同じ階層に位置付けました。サッカーはボールを失った瞬間からボールへのプレスが始まり、そのプレスをかいくぐるためにも素早いサポートが求められ、4局面がシームレスになってきています。これまでは一つの文言で言い含められていたものを、しっかりと分けることでこのシームレスな攻防をより正確に捉えることができます。

プレーの原則は、非常にシンプルで分かりやすいものです。ゲームのレベルが高くなればなるほど、プレーの原則に則ったプレーが忠実に行われています。FIFAワールドカップやUEFAチャンピオンズリーグ、Jリーグの試合をプレーの原則に照らし合わせて分析してみてください。原則的なプレーが随所に見られます。以下にそれぞれを説明します。

サッカーのゲームでは、ボールを持った攻撃側はゴールに向かうことで相手を突破しようとします(突破)。それに対して、守備側はボールを奪おうとすることで相手の突破を阻もうとします(プレス)。攻撃側はボールを失わずに突破の選択肢を増やすためにサポートします(サポート)。守備側はボールと自陣ゴールの間に入ることによって、相手の攻撃を遅らせようとします(遅らせる)。攻撃側は突破の可能性を高めるために、外側の選手にボールを運び、相手の守備の薄い場所から突破を試みます(幅)。それができないときに、ボールを失わないように、突破の可能性を高めるポジションをとり、攻撃を継続して突破をうかがいます(深さ)。それに対応して、守備側もボールと自陣ゴールの間に選手数を割くことで厚みを持ち、突破の可能性を低くしつつ、ボールを奪うチャンスをうかがいます(コンパクト)。攻撃側はボールを奪われないようにしつつ、個々の選手がさまざまな動きで相手の守備組織を混乱させ、ゴールを目指します(モビリティ)。守備側はそうした動きに対して、マークを徹底すること、マークを受け渡すこと、スペースを埋めることで混乱しないように努めます(バランス)。さらに、攻撃側は個々の選手の創造性や一瞬のひらめきによって相手の守備網の突破を狙います(創造性)。守備陣はそれに惑わされず、相手をよく観察し、粘り強く対応することが求められます(コントロール)。

サッカーはこの原則に則った上で、個々の選手が判断し、多くのアイデアが生まれて、自由にプレーすることが大切です。



## プレーの原則

### 攻撃 (In Possession)

#### ●突破 (Penetration)

ボールを持った攻撃側は、ゴールに向かうことで相手を突破しようとする

#### ●サポート (Support)

ボールを失わずに突破の選択肢を増やすためにサポートする

#### ●幅&深さ (Width & Depth)

突破の可能性を高めるために、外側の選手にボールを運び、守備の薄い場所から突破を試みる(幅)  
同時に、ボールを失わないようなポジションをとり、攻撃を継続して突破をうかがう(深さ)

#### ●モビリティ (Mobility)

攻撃側はボールを失わないようにしつつ、個々の選手がさまざまな動きを駆使して相手の守備組織を混乱させてゴールを目指す

#### ●創造性 (Creativity)

個々の選手の創造性や一瞬のひらめきによっても相手の守備を突破することを狙う

### 守備 (Out of Possession)

#### ●プレス (Press)

守備側はボールを奪おうとすることで相手の突破を阻もうとする

#### ●遅らせる (Delay)

ボールと自陣ゴールの間に入ることで相手の攻撃を遅らせようとする

#### ●コンパクト (Compact)

ボールと自陣ゴールの間に選手を多くすることで厚みを持ち、突破の可能性を低くしつつ、ボールを奪うチャンスをうかがう

#### ●バランス (Balance)

攻撃の動きに対して、マークを徹底すること、受け渡すこと、スペースを埋めることなどで混乱しないように対応する

#### ●コントロール (Control)

攻撃に惑わされず、相手をよく観察し、粘り強く対応することが求められる

### (3) サッカーのテクニックによる分析

ここでの分析は、「プレーの実行」です。サッカーのテクニックが正しく実行されているかを見ることによって、改善につなげることが目的です。正確なテクニックの発揮は、ゲームでのパフォーマンスに大きく影響します。テクニックを一度習得すると、急激に衰えることはありません。よってテクニックレベルの高い選手は、長く楽しくプレーできます。

選手が長く楽しくプレーできるようになってもらうためにも、指導者が分析力を高め、プランニングとコーチングに生かすことが大切です。

プレーやテクニックの分析は、より詳細に見る訓練が必要になります。U-12年代の選手や子どもたちに限らず、プロ選手にとってもテクニックの向上は非常に重要な課題になります。指導者は指導対象に関係なく、プレーの分析やテクニックの分析ができるようになることが重要です。U-12年代の指導者の中には、テクニックの分析力が非常に高く、テクニックの指導に生かしている指導者がたくさんいます。指導対象に関係なく、そうした指導者になってもらいたいです。

サッカーのテクニックについては、「サッカーのテクニック」の章(51~56ページ参照)で詳しく説明します。