R5.9.8

ジュニア／チーム戦術

＜システム　2-4-1＞

伊勢YAMATO FC

これまでに『伊勢 YAMATO FC Jr』に関わっていただいた方々
（選手・スタッフ・保護者・運営・スポンサー等）と共に、
長い年月をかけて構築した資料です。

『伊勢 YAMATO FC Jr』の歴史（宝物）です。

チーム内での共有のみとし、
絶対に他のチームや他人へ情報を漏らさないで下さい。

本資料は、チームの考え方やトレーニングで積み重ねてきた動きを、
理解しやすい様に文字化したモノです。

サッカーは、意思を持つ人間が行い、相手のいるスポーツです。
その為、常に変化し続ける状況に、対応する能力が問われます。
ボールを扱う技術と共に、最も必要な能力です。

資料通りにできれば「サッカーがうまくなる」 訳ではありません。
寧ろ、資料通りに事が運ぶことに期待するのは無意味です。

本資料は、選手自身が考え実行し、仲間と共に「YAMATOのサッカー」を
創り出す手助けとなるモノです。

囚われすぎず、困った時に戻る場所。

そんな資料です。

<注意事項>

■ジュニア(2-4-1システム)用の資料です。
基本的な考え方は同じですが、システムが変われば、戦術も変わります。
※セットプレーは全てのシステム共通

■サッカーのチーム戦術は、様々な考え方があります。
チームによっても異なります。
本資料は、サッカーのセオリー（原理原則）を基本とした、
あくまでも『伊勢 YAMATO FC Jr』独自の考え方です。

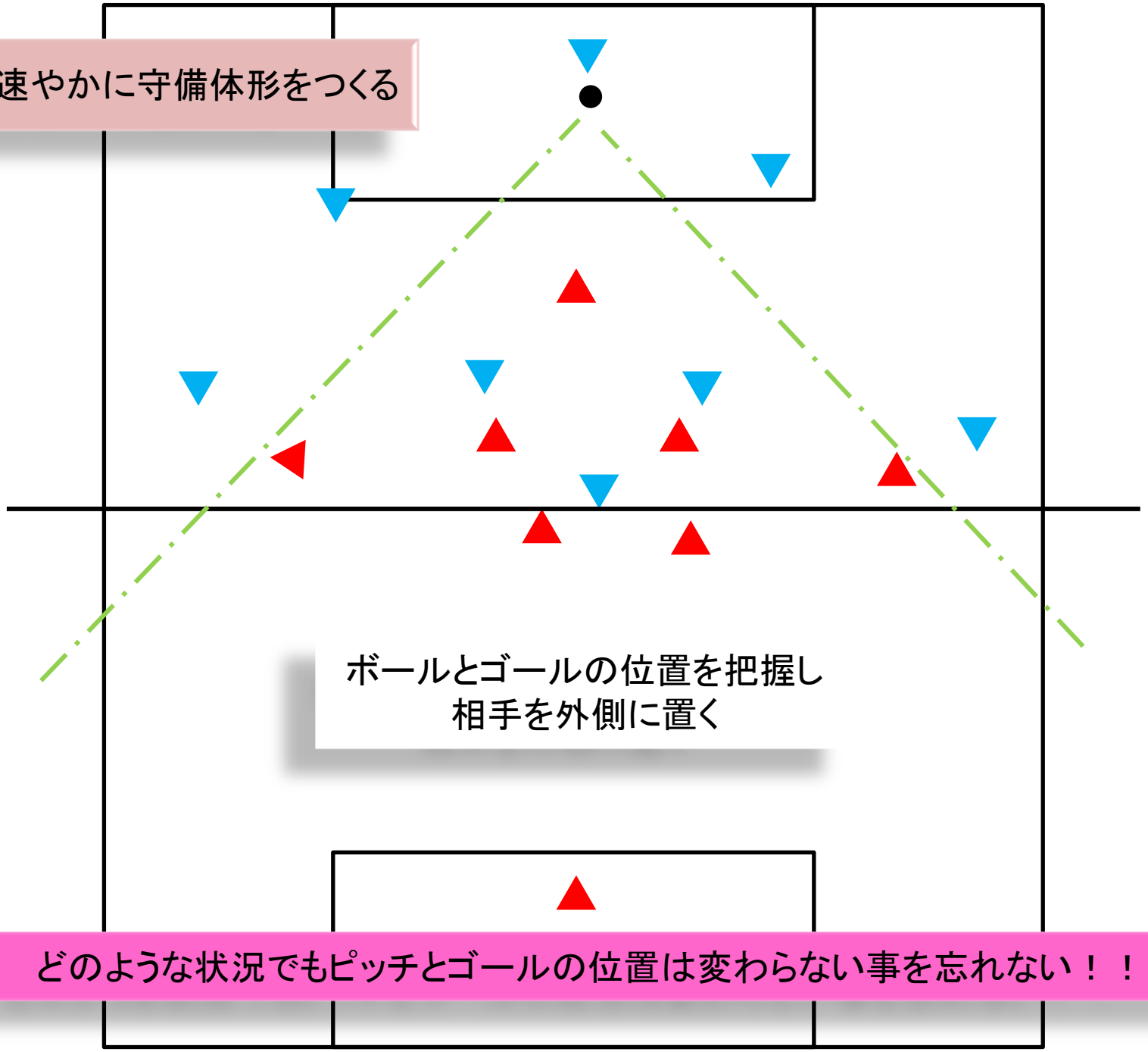
●取扱いには細心のご注意をお願いします。
●本資料は、日々、訂正と更新を繰り返しています。

☆ご不明な点はキダまで
☆本資料は、日々、更新しています。

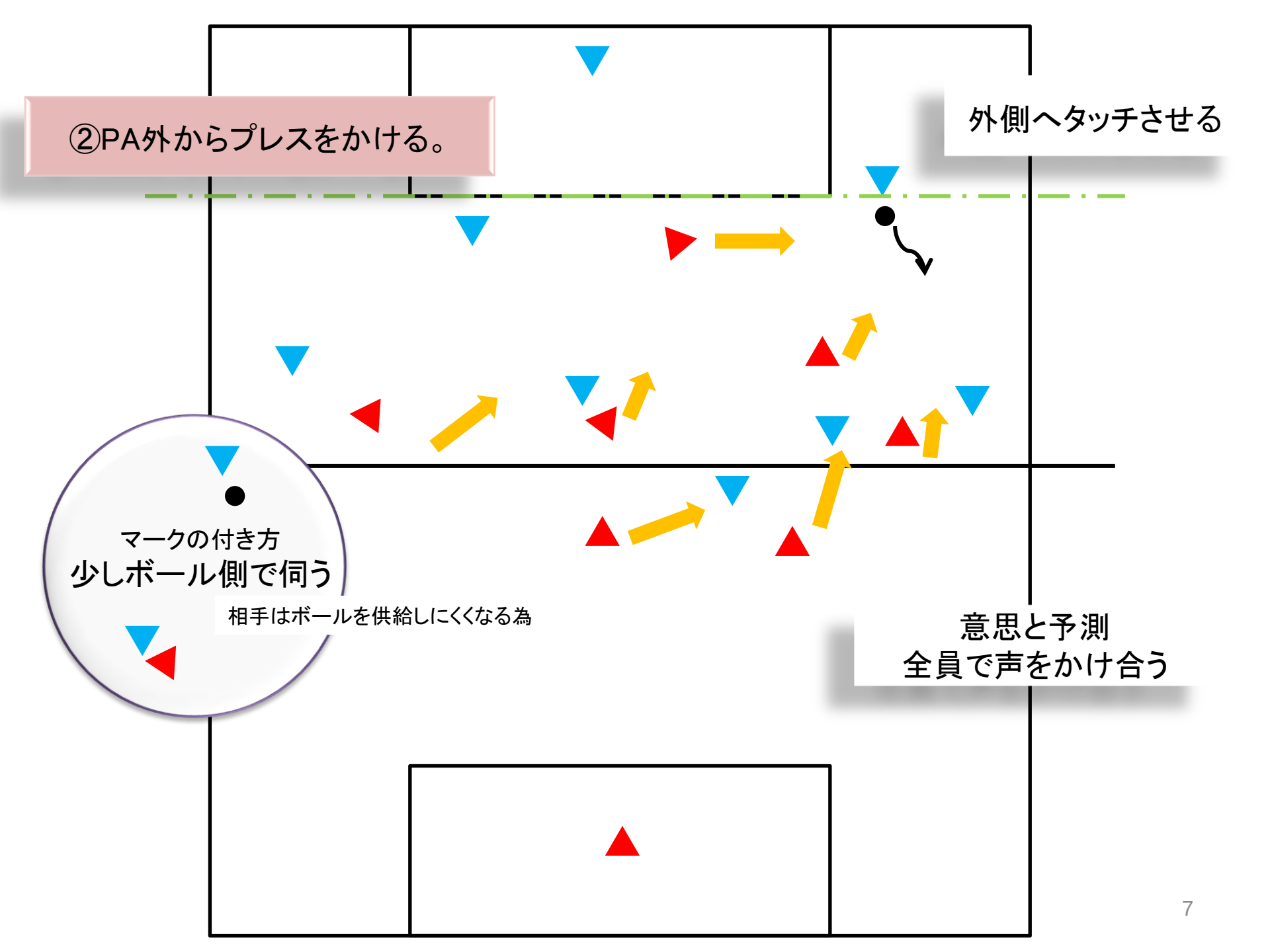
守備

攻撃の場合は逆を考える

前線からのプレス（奪い所）

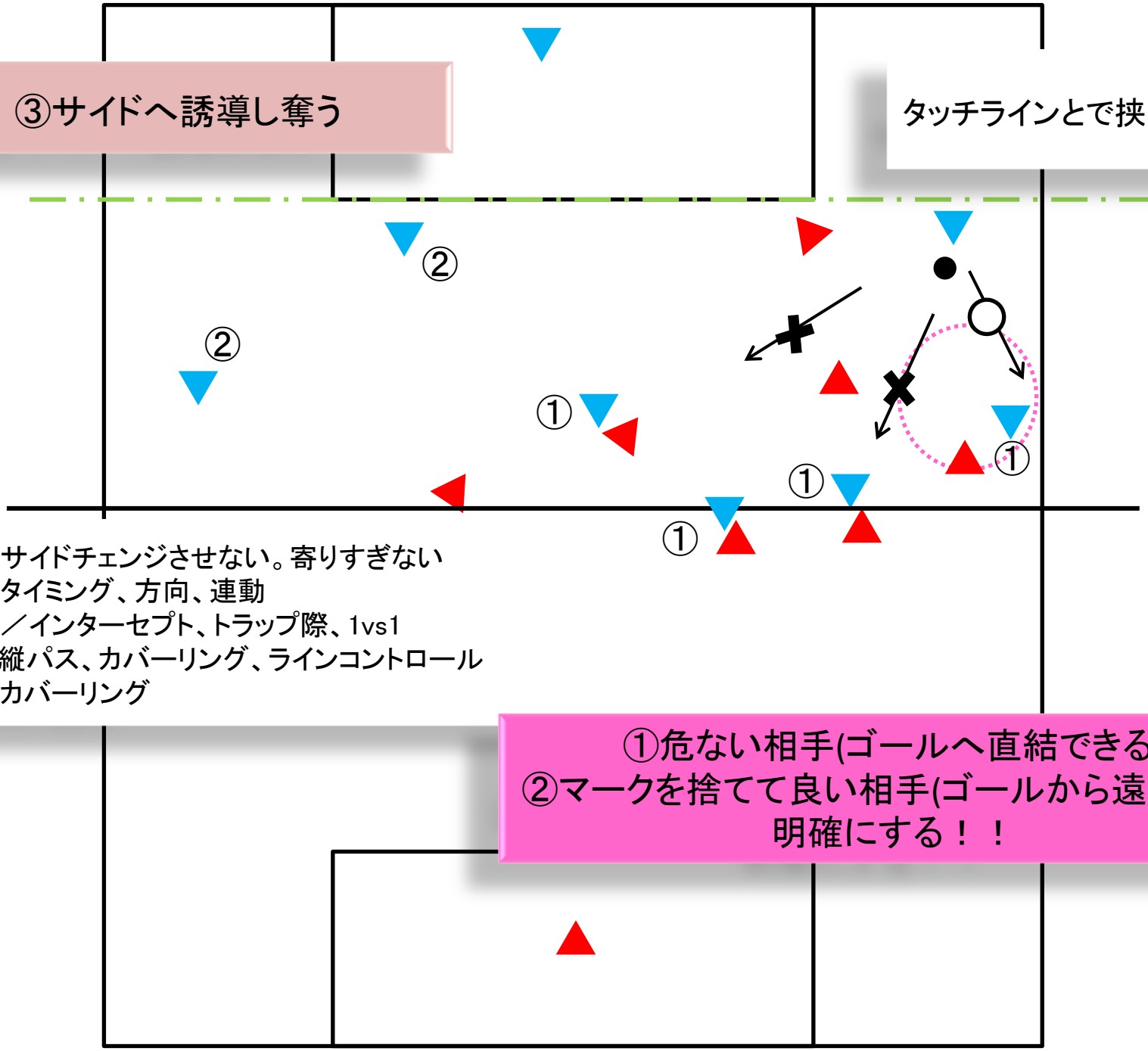


どのような状況でもピッチとゴールの位置は変わらない事を忘れない！！


②PA外からプレスをかける。
外側へタッチさせる
マークの付き方
少しボール側で伺う
相手はボールを供給しにくくなる為
意思と予測
全員で声をかけ合う

③サイドへ誘導し奪う

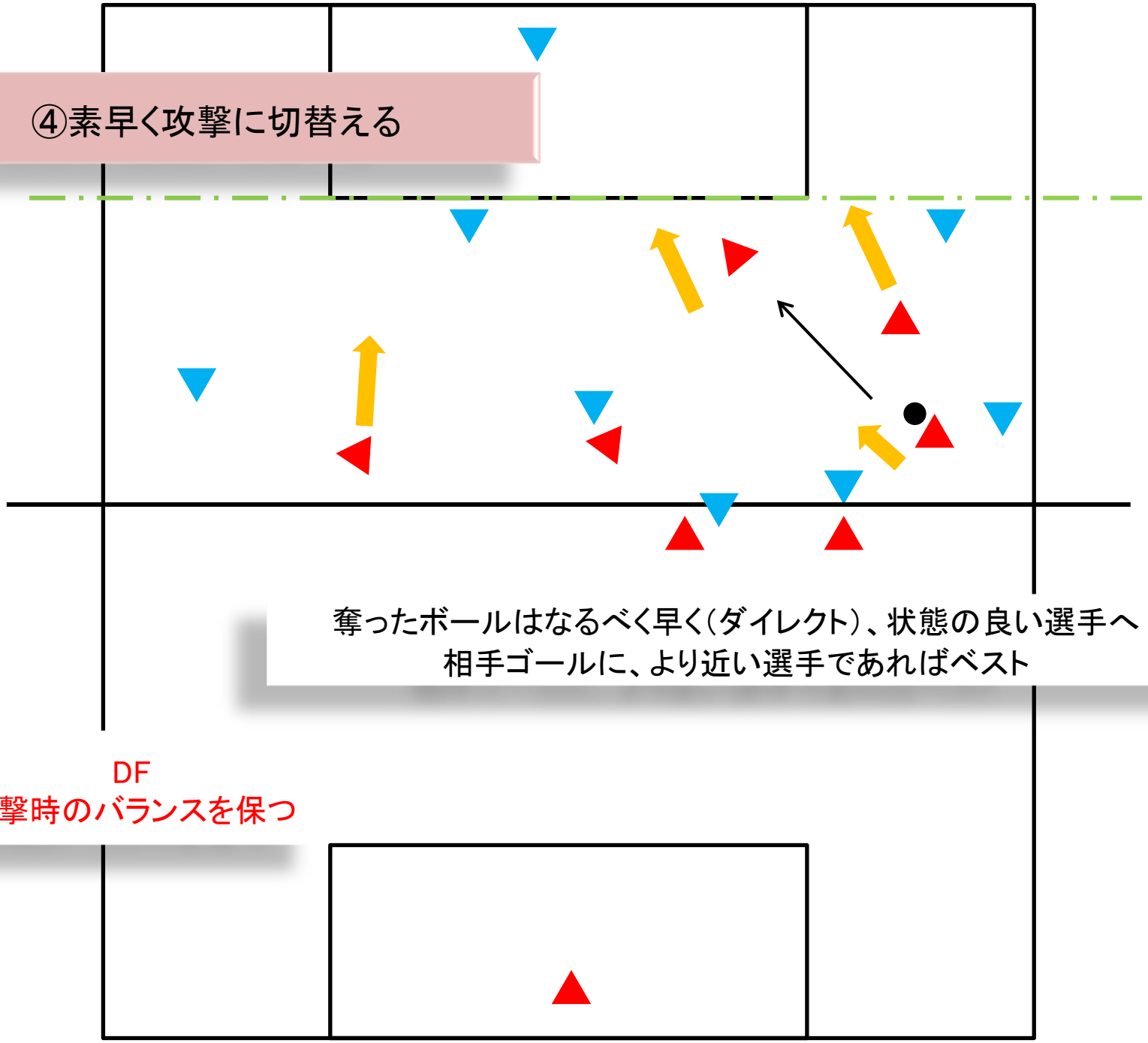
タッチラインとで挟み込む



〇FW／サイドチェンジさせない。寄りすぎない
〇MF／タイミング、方向、連動
〇両MF／インターセプト、トラップ際、1vs1
〇DF／縦パス、カバーリング、ラインコントロール
〇GK／カバーリング

①危ない相手(ゴールへ直結できる)
②マークを捨てて良い相手(ゴールから遠い相手)
明確にする！！

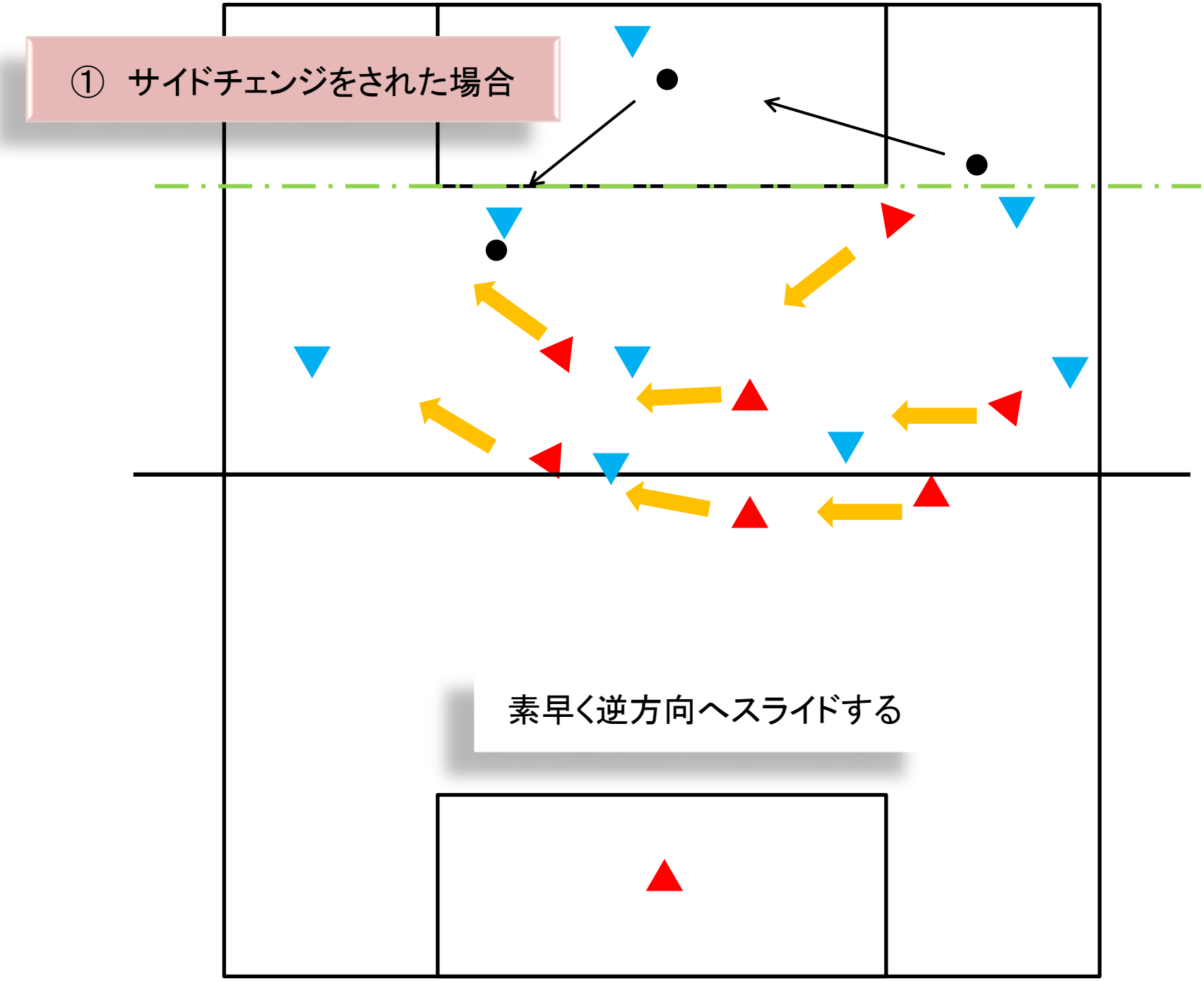
④素早く攻撃に切替える



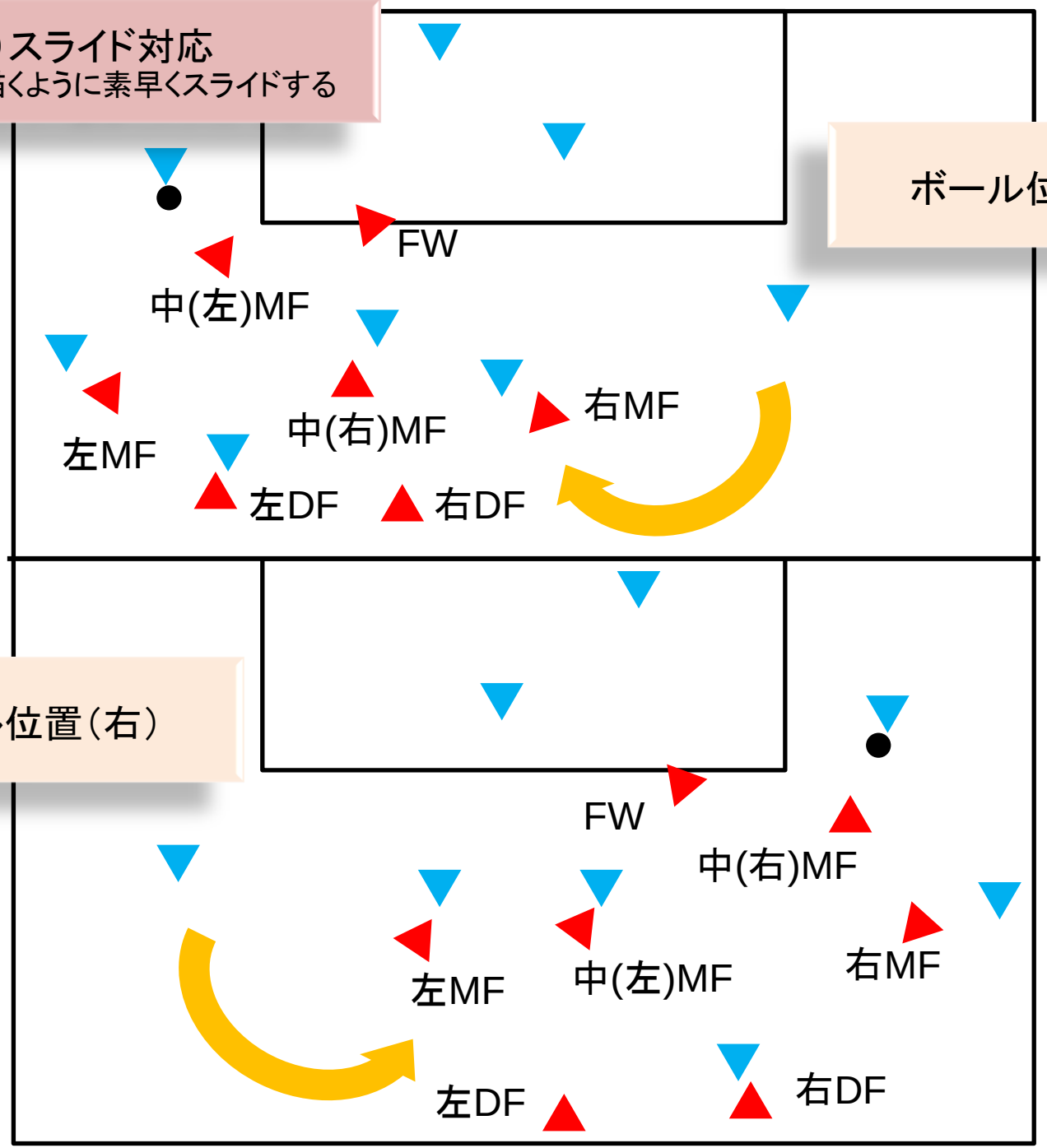
奪ったボールはなるべく早く(ダイレクト)、状態の良い選手へ
相手ゴールに、より近い選手であればベスト

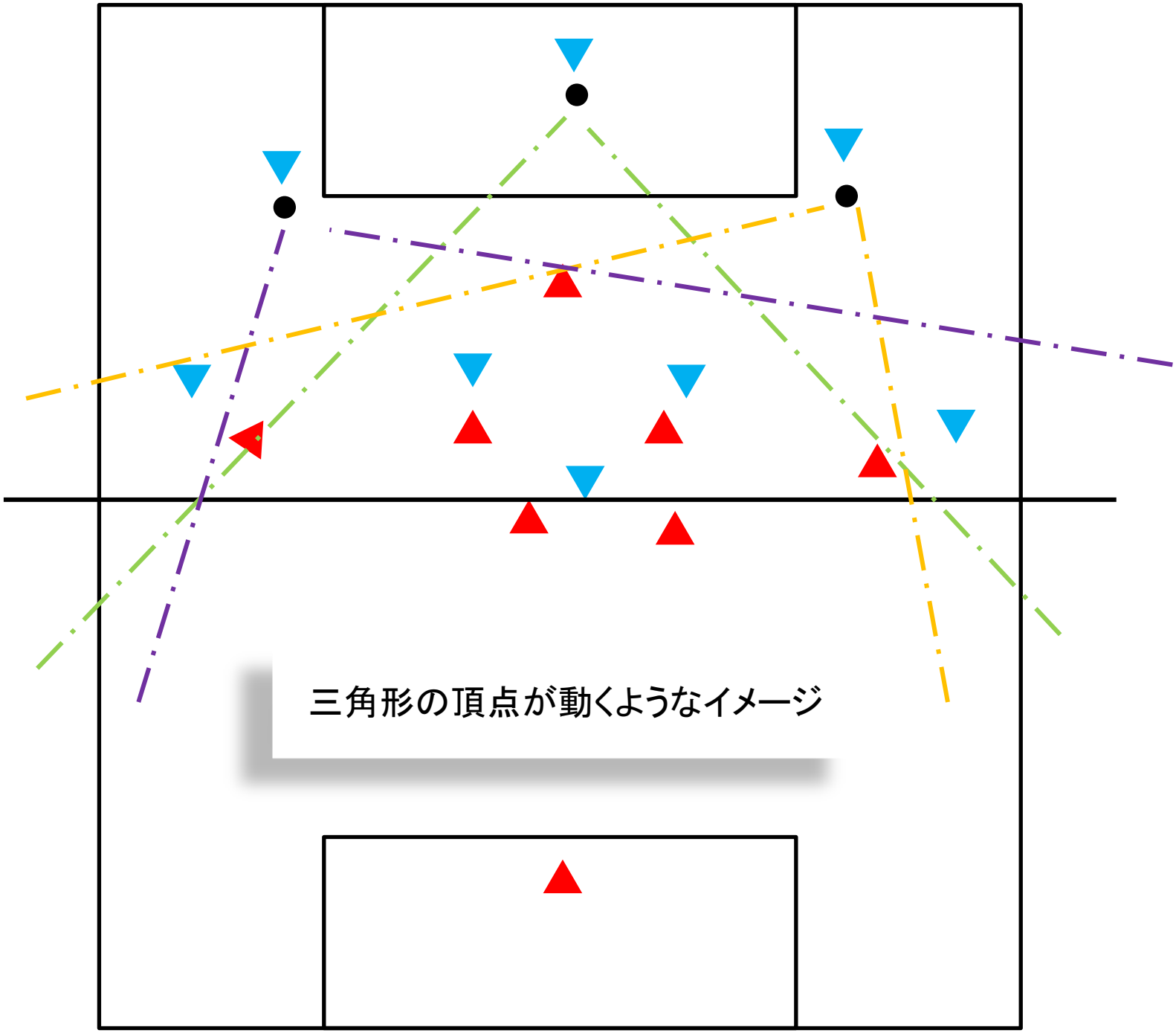
DF
攻撃時のバランスを保つ

守備陣形のスライド


① サイドチェンジをされた場合
素早く逆方向へスライドする

例）スライド対応
全体が弧を描くように素早くスライドする

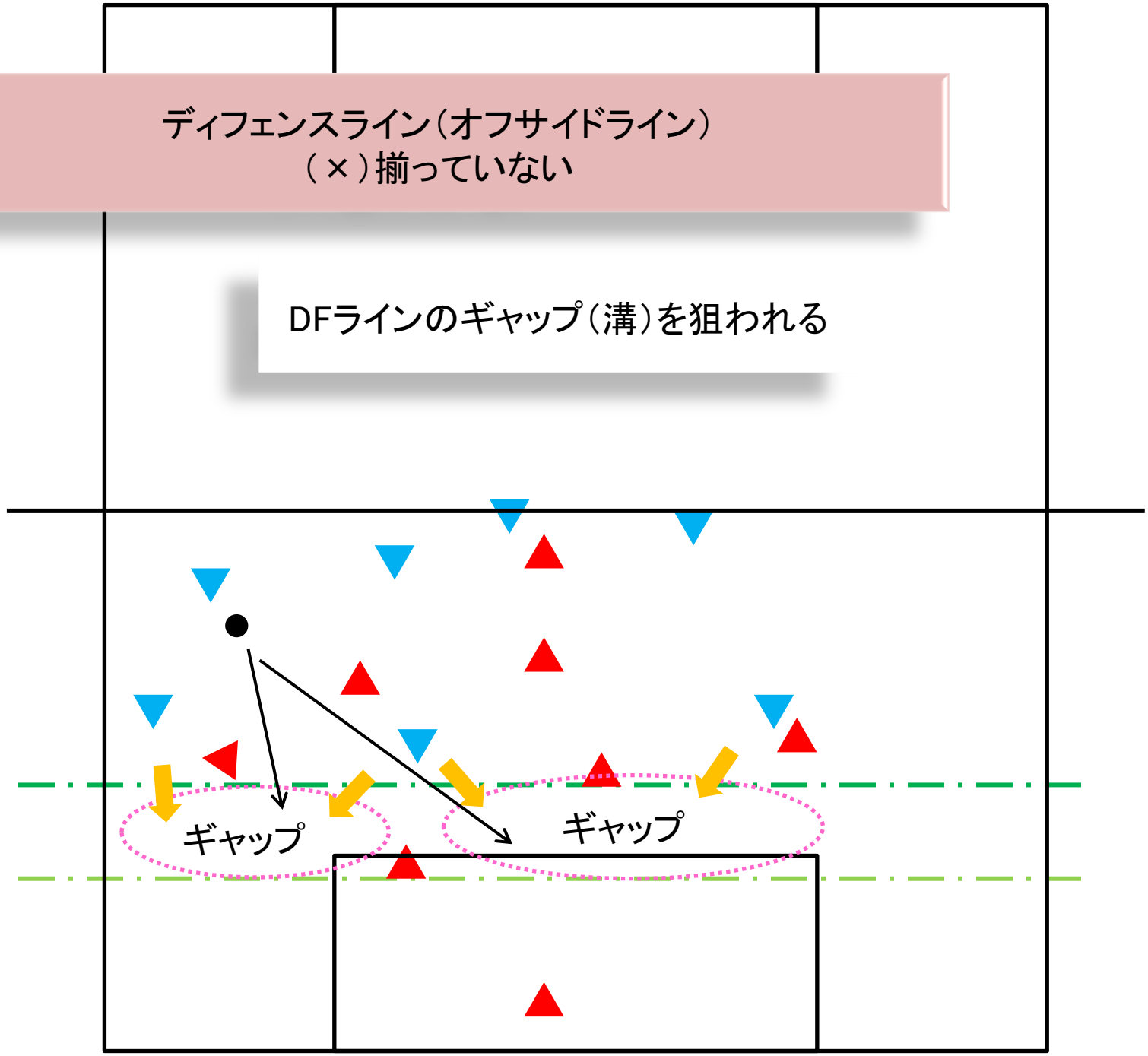



三角形の頂点が動くようなイメージ

ディフェンスライン（オフサイドライン）の統一

ディフェンスライン（オフサイドライン）
（×）揃っていない

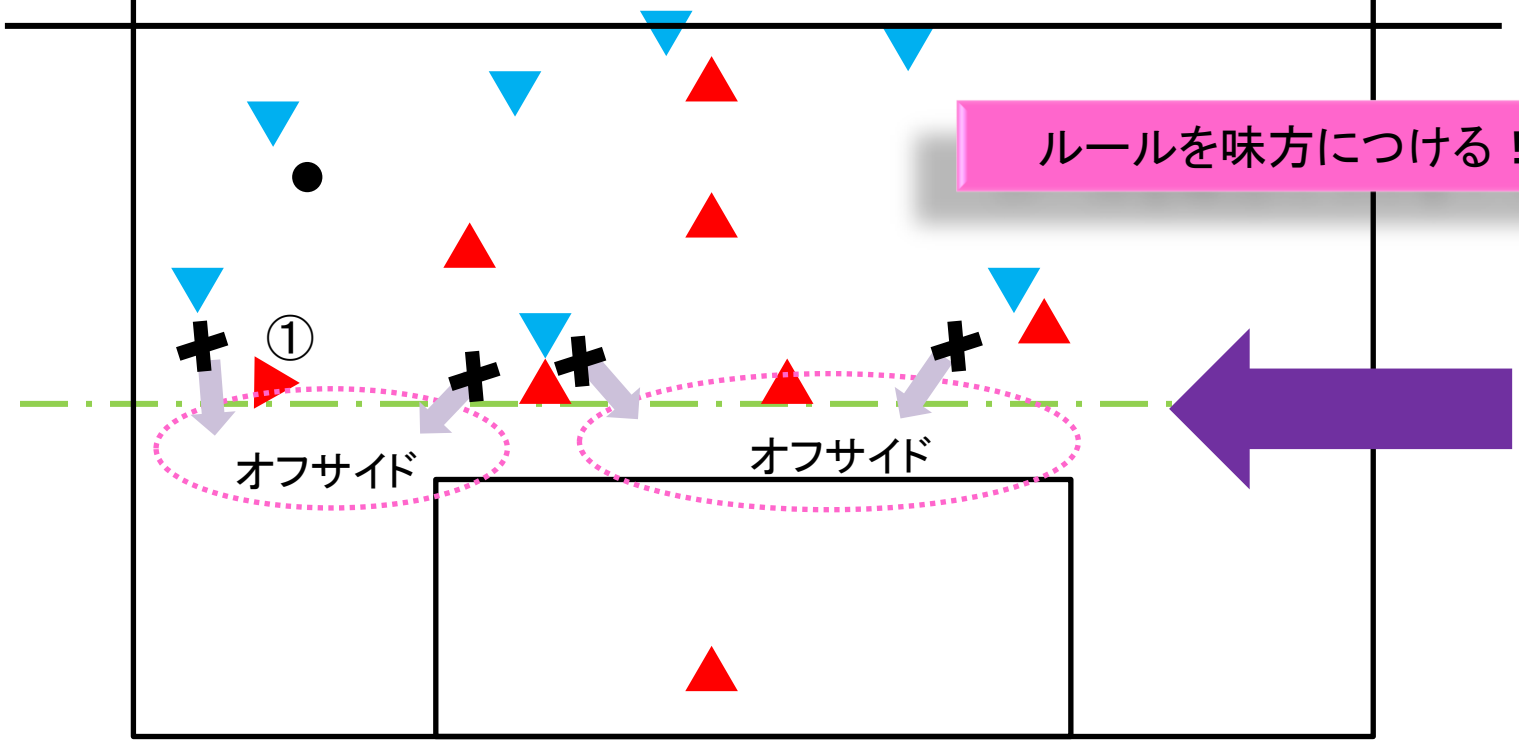
DFラインのギャップ（溝）を狙われる



ディフェンスライン（オフサイドライン）
（〇）揃っている

相手はオフサイドが気になりDFの裏を狙いにくい

☆ボールサイドのDF①にラインを合わせると良い
※ボールサイドのDFはラインが下がる傾向にある為

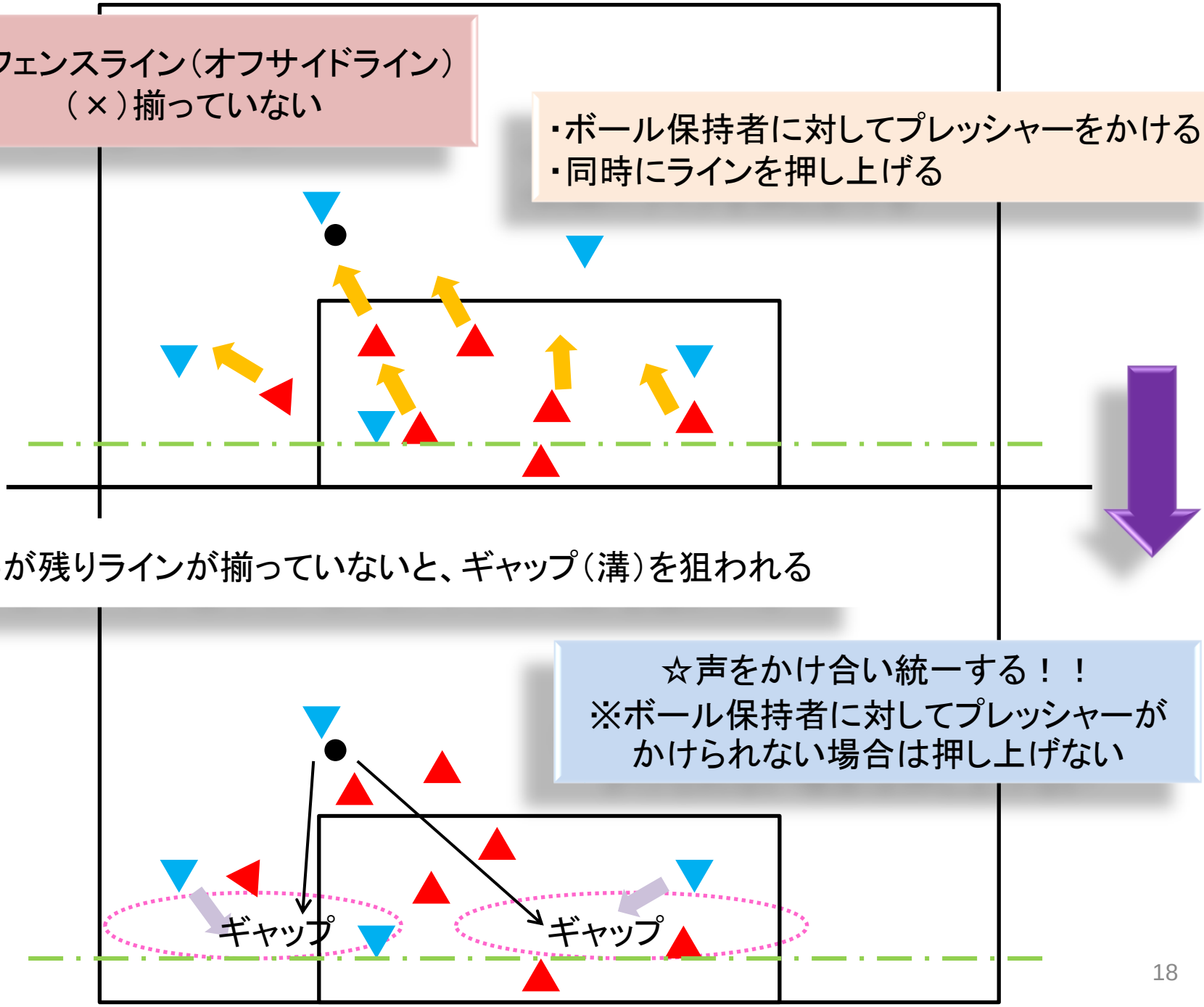


ルールを味方につける！！

ディフェンスライン（オフサイドライン）の押し上げ

ディフェンスライン（オフサイドライン）
（×）揃っていない

・ボール保持者に対してプレッシャーをかける
・同時にラインを押し上げる

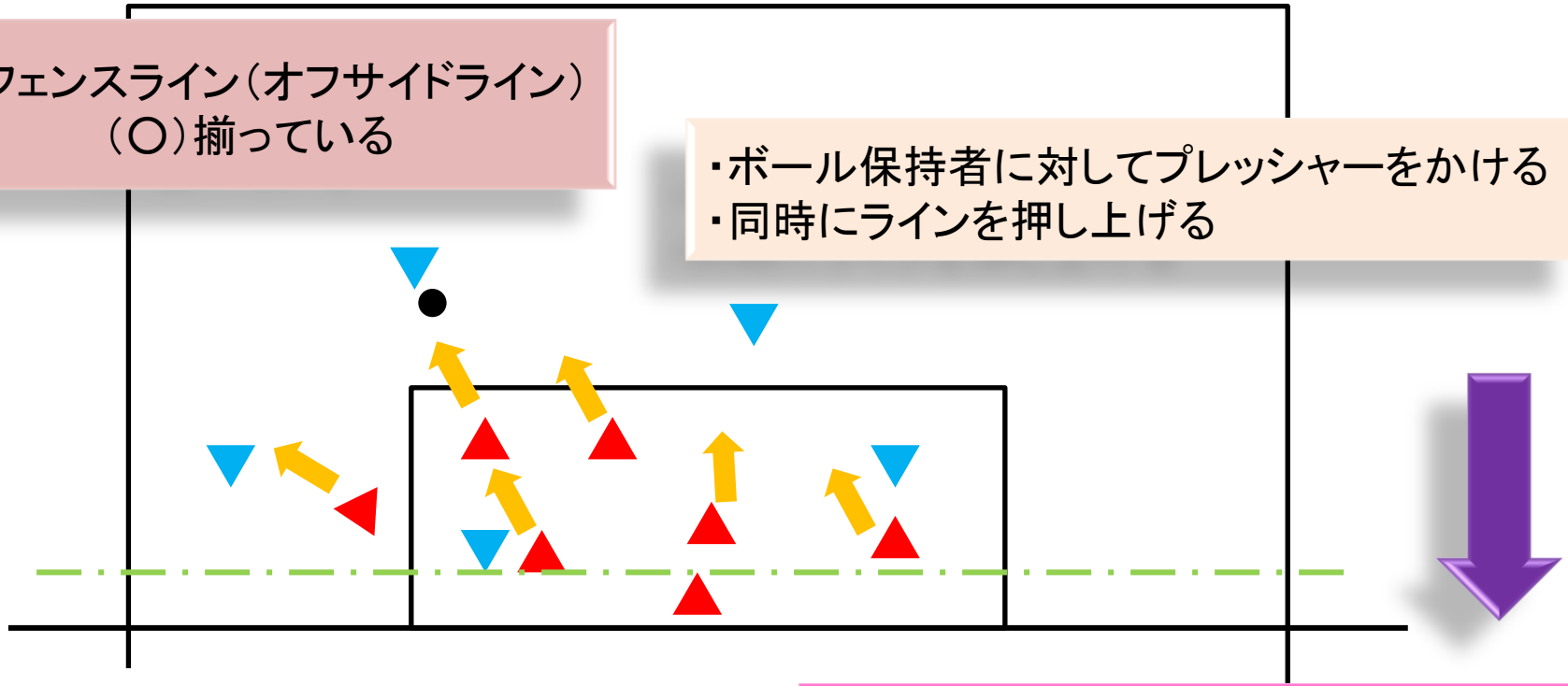


選手が残りラインが揃っていないと、ギャップ（溝）を狙われる

☆声をかけ合い統一する！！
※ボール保持者に対してプレッシャーが
かけられない場合は押し上げない

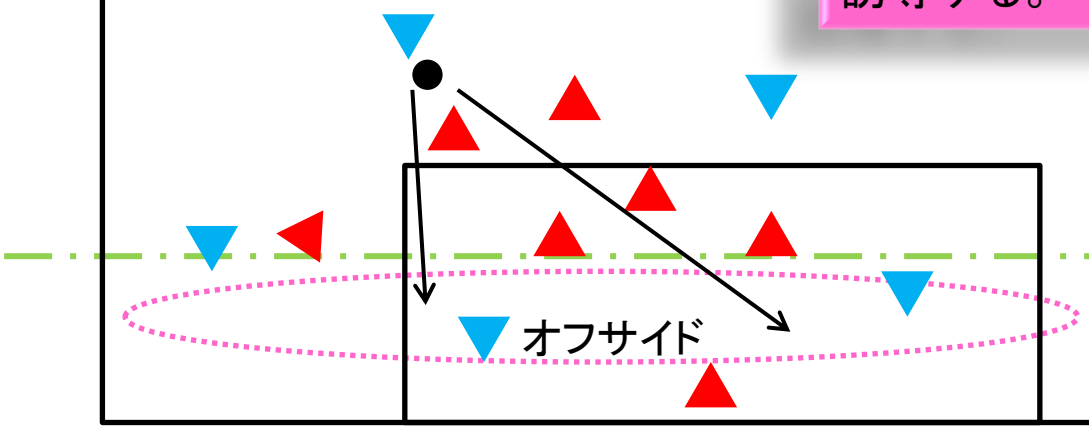
ディフェンスライン（オフサイドライン）
（〇）揃っている

・ボール保持者に対してプレッシャーをかける
・同時にラインを押し上げる



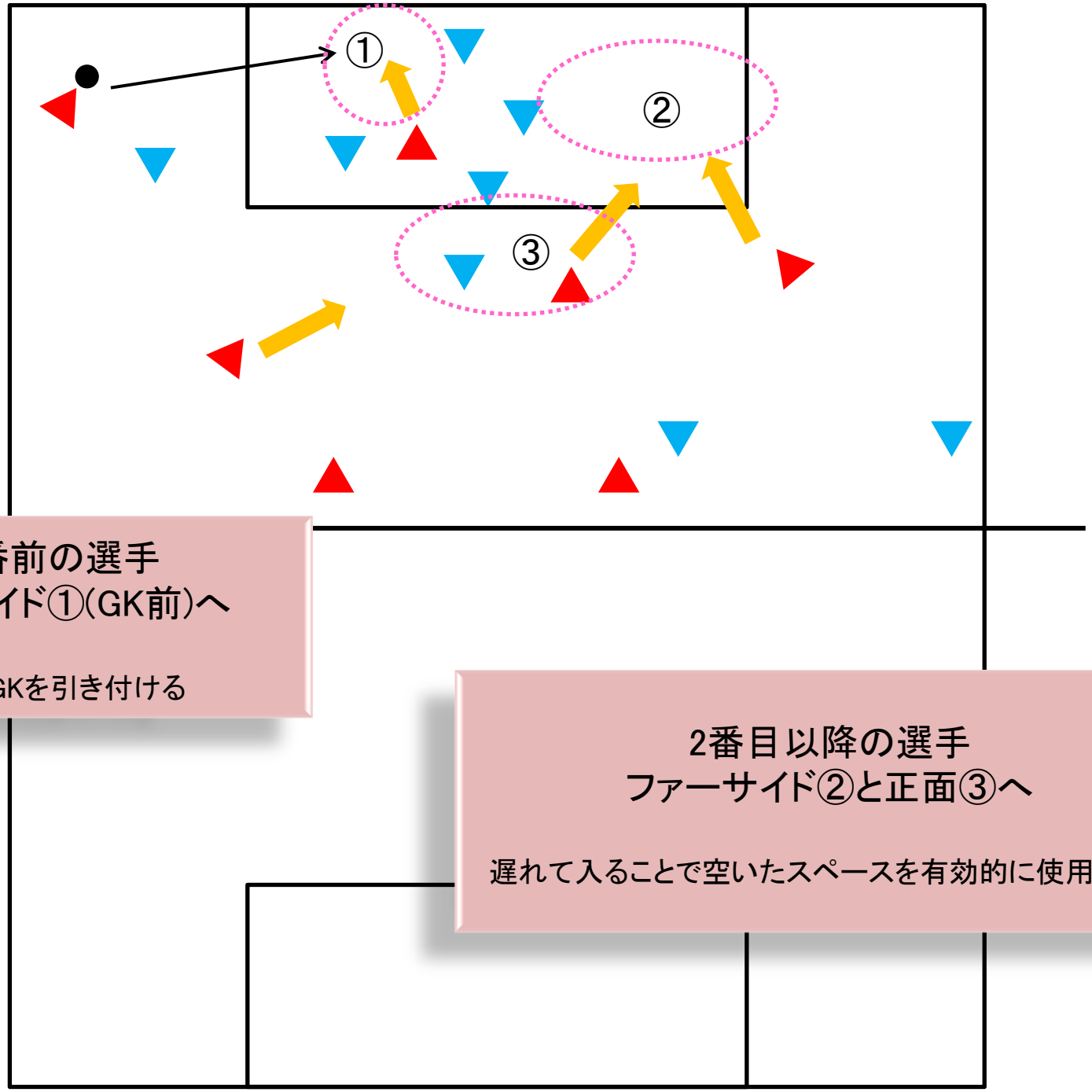
ラインが上がり相手はオフサイドの位置となる

人数が揃っていても、ゴールに張り付いていても、守る事はできない。
しっかりとプレッシャーをかけて、相手を誘導する。



攻撃

サイド突破／パターン①　クロス



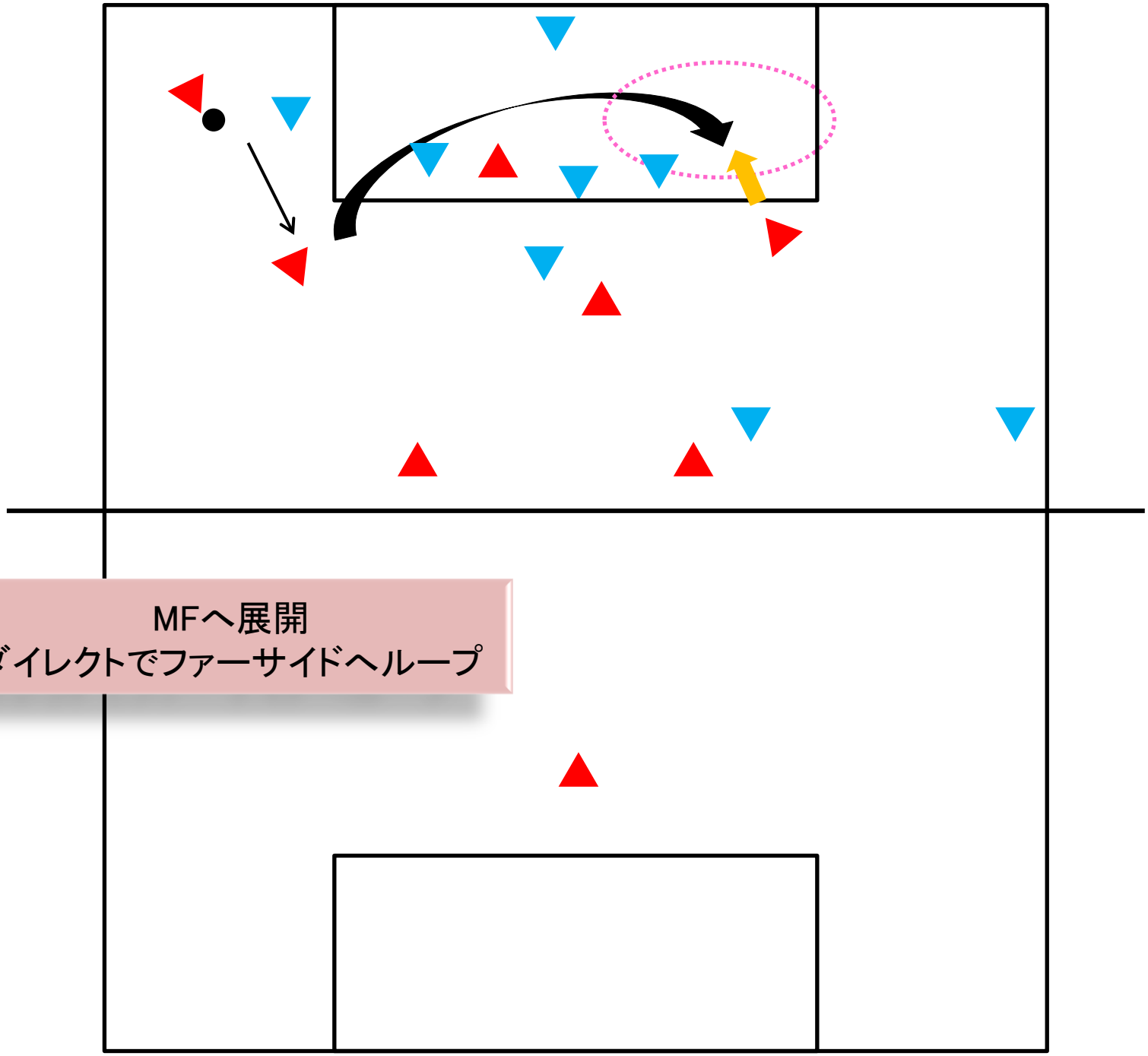
1番前の選手
ニアサイド①(GK前)へ

相手GKを引き付ける

2番目以降の選手
ファーサイド②と正面③へ

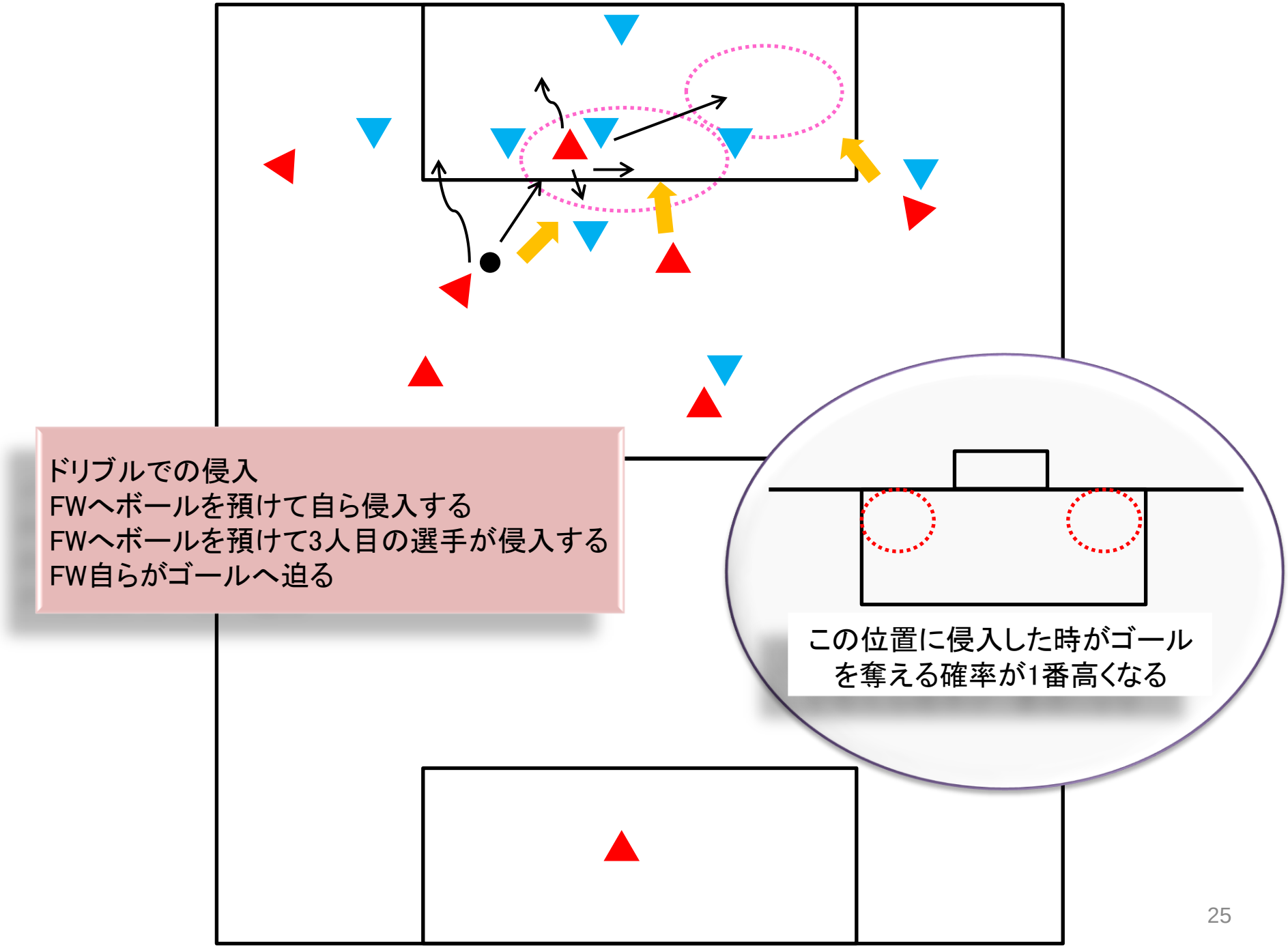
遅れて入ることで空いたスペースを有効的に使用できる

サイド突破／パターン②　逆サイドへループ

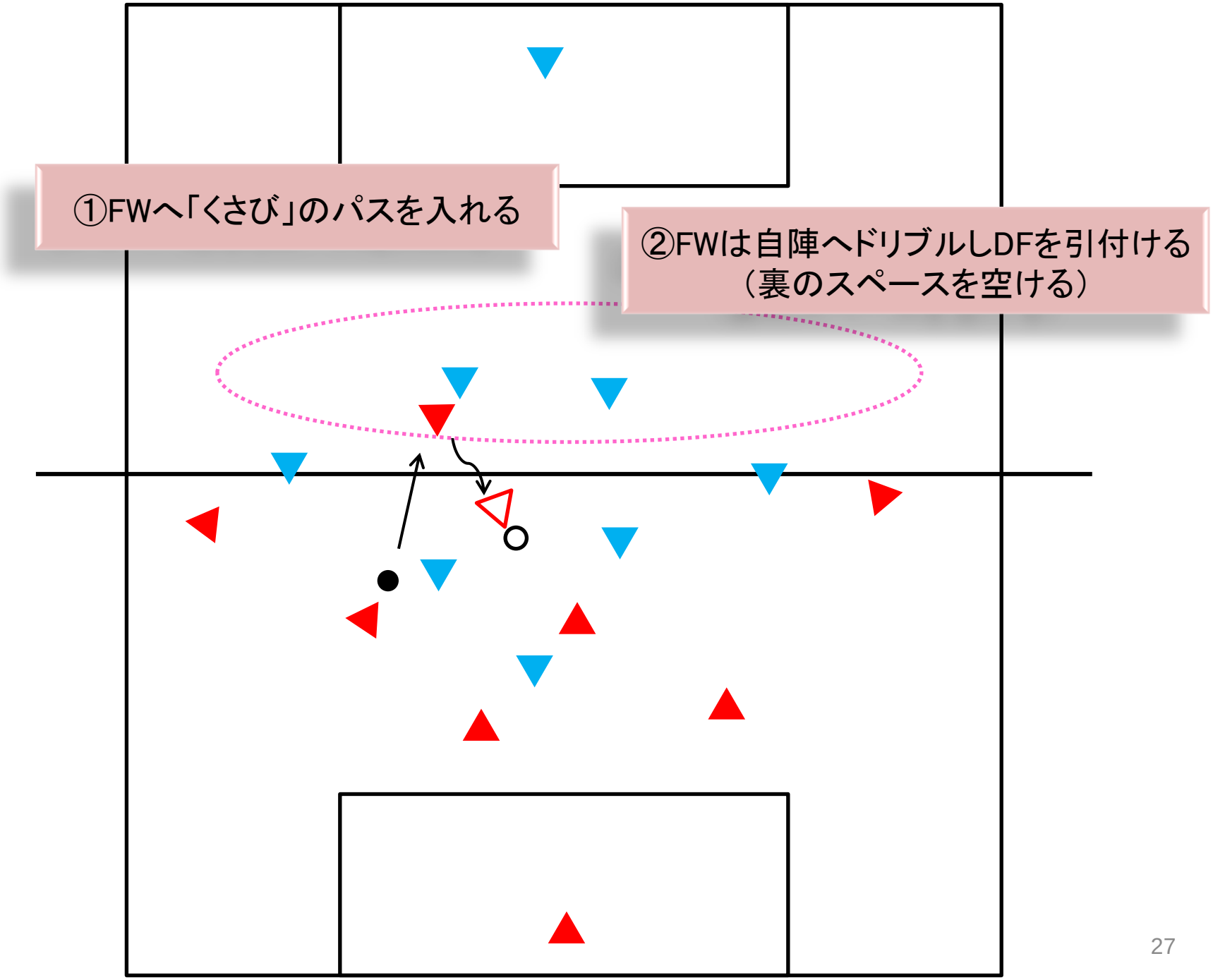


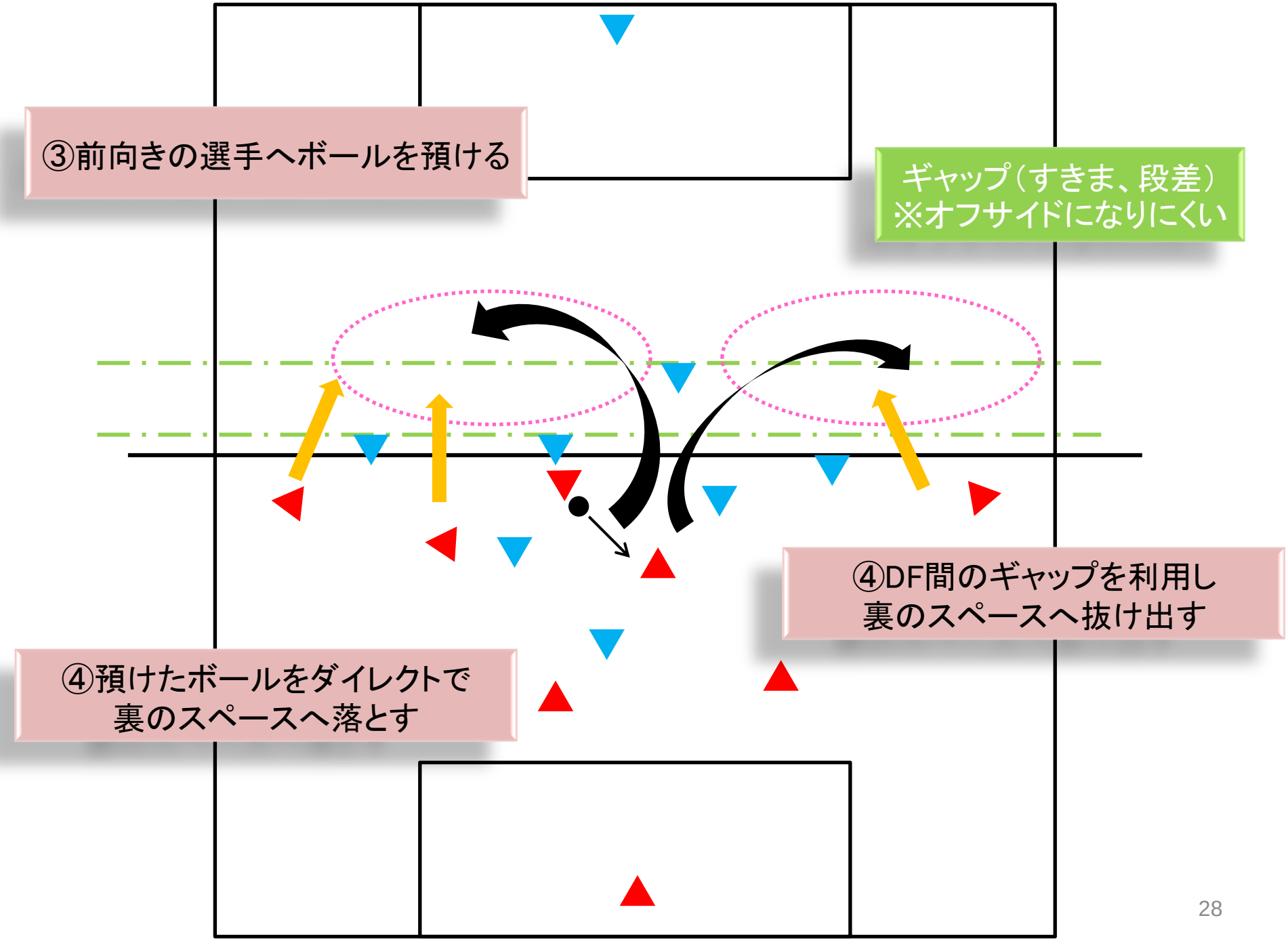
MFへ展開
ダイレクトでファーサイドへループ

ペナルティエリアへの侵入　ドリブル・縦パス


ドリブルでの侵入
FWへボールを預けて自ら侵入する
FWへボールを預けて3人目の選手が侵入する
FW自らがゴールへ迫る
この位置に侵入した時がゴール
を奪える確率が1番高くなる

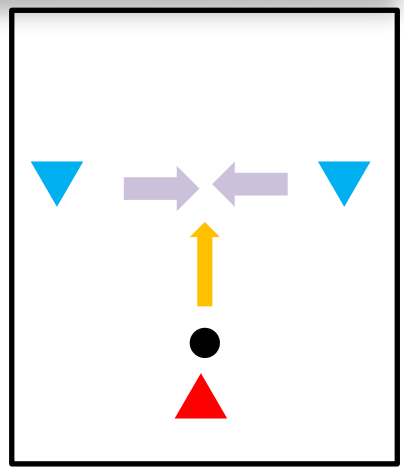
DFの背後を突破　ポストプレー＋3人目


①FWへ「くさび」のパスを入れる
②FWは自陣へドリブルしDFを引付ける
（裏のスペースを空ける）

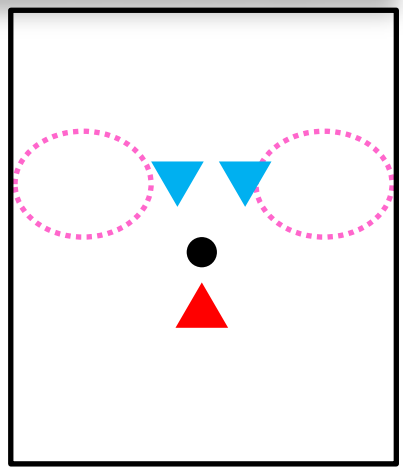

③前向きの選手へボールを預ける
ギャップ（すきま、段差）
※オフサイドになりにくい
④DF間のギャップを利用し
裏のスペースへ抜け出す
④預けたボールをダイレクトで
裏のスペースへ落とす

ポジショニング　／　基本的な考え方

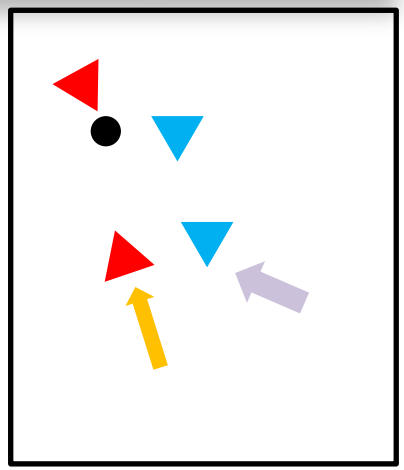
近づけば閉まる



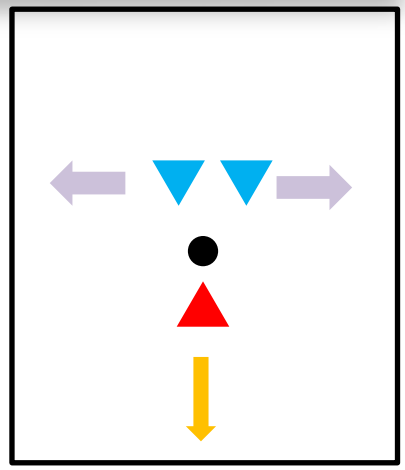
閉まれば外が空く



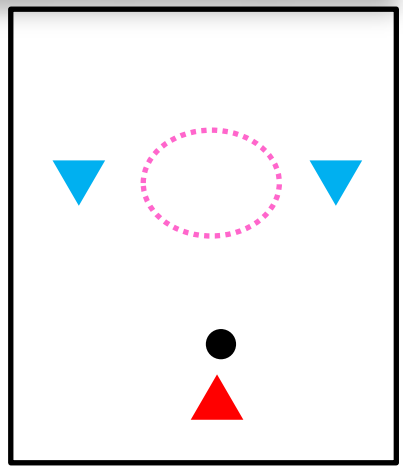
近づけば近づいてくる



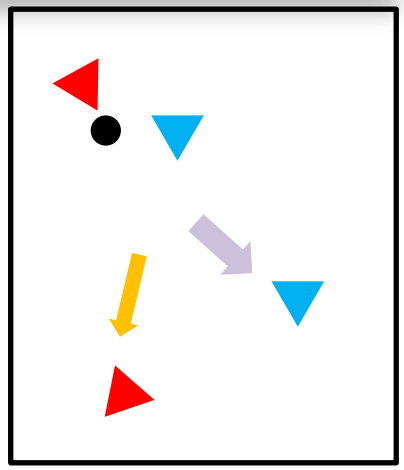
離れれば開く



開けば中が空く

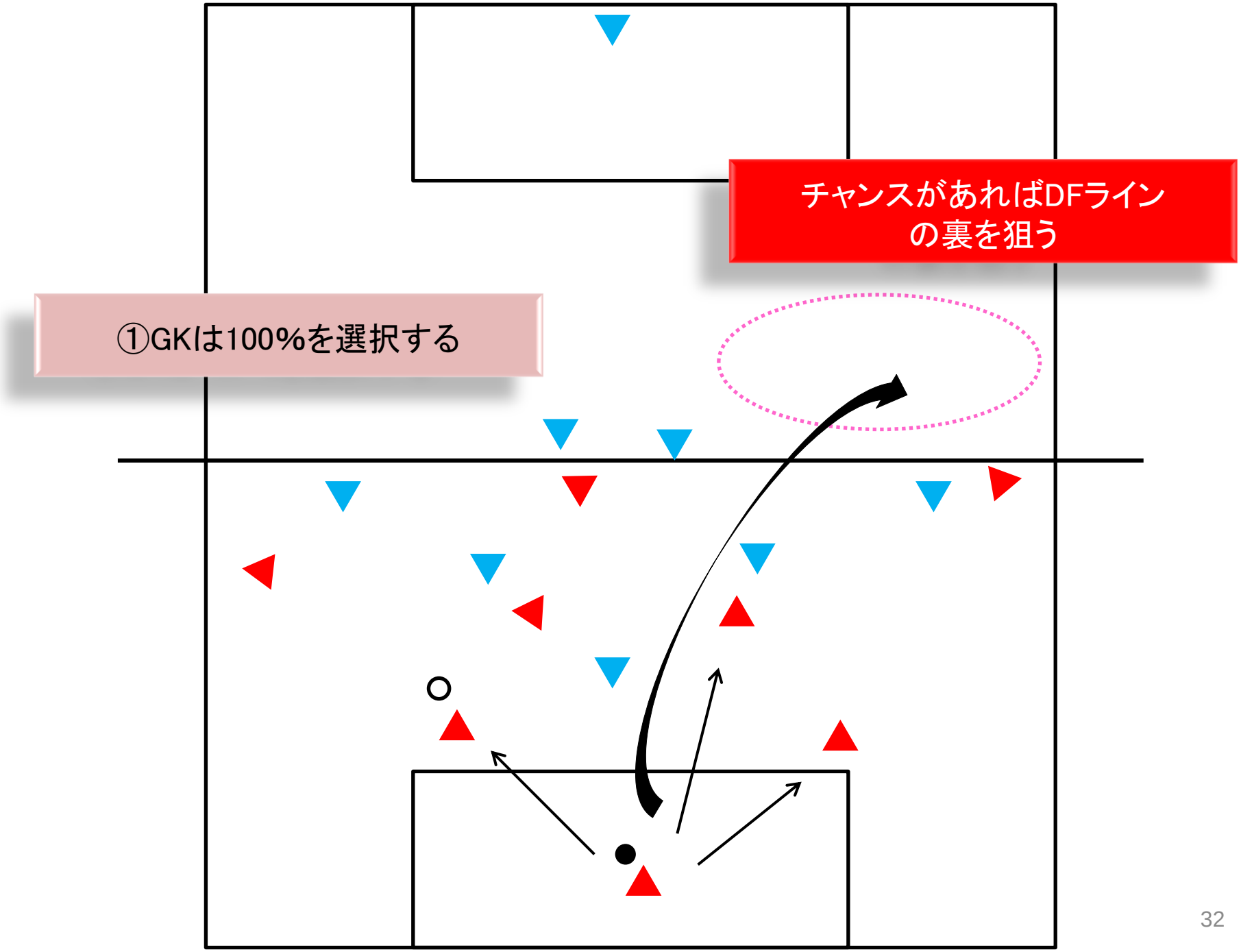


離れれば離れてゆく



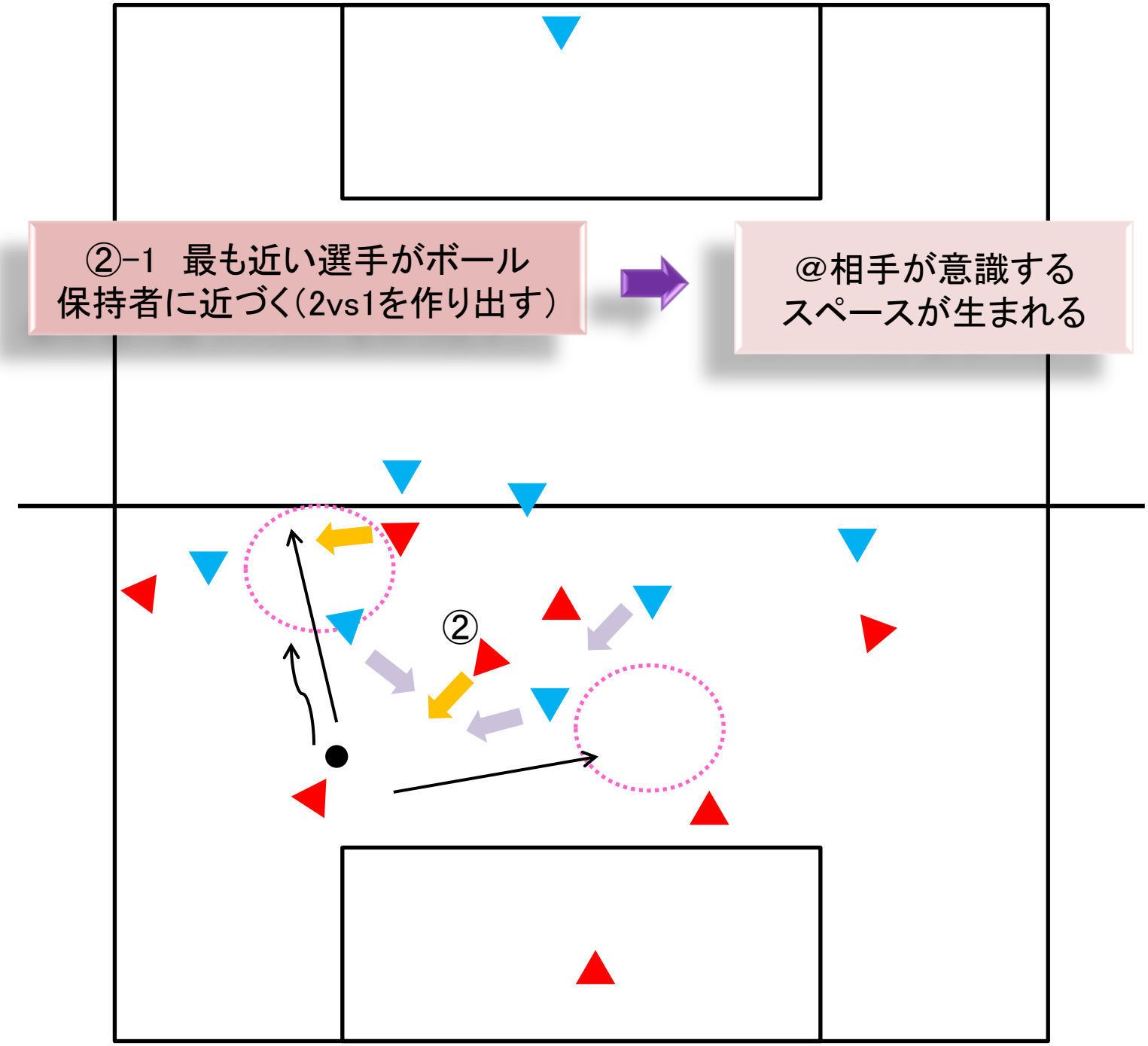
ビルドアップ

「敢えて」の意識と「観る」重要性

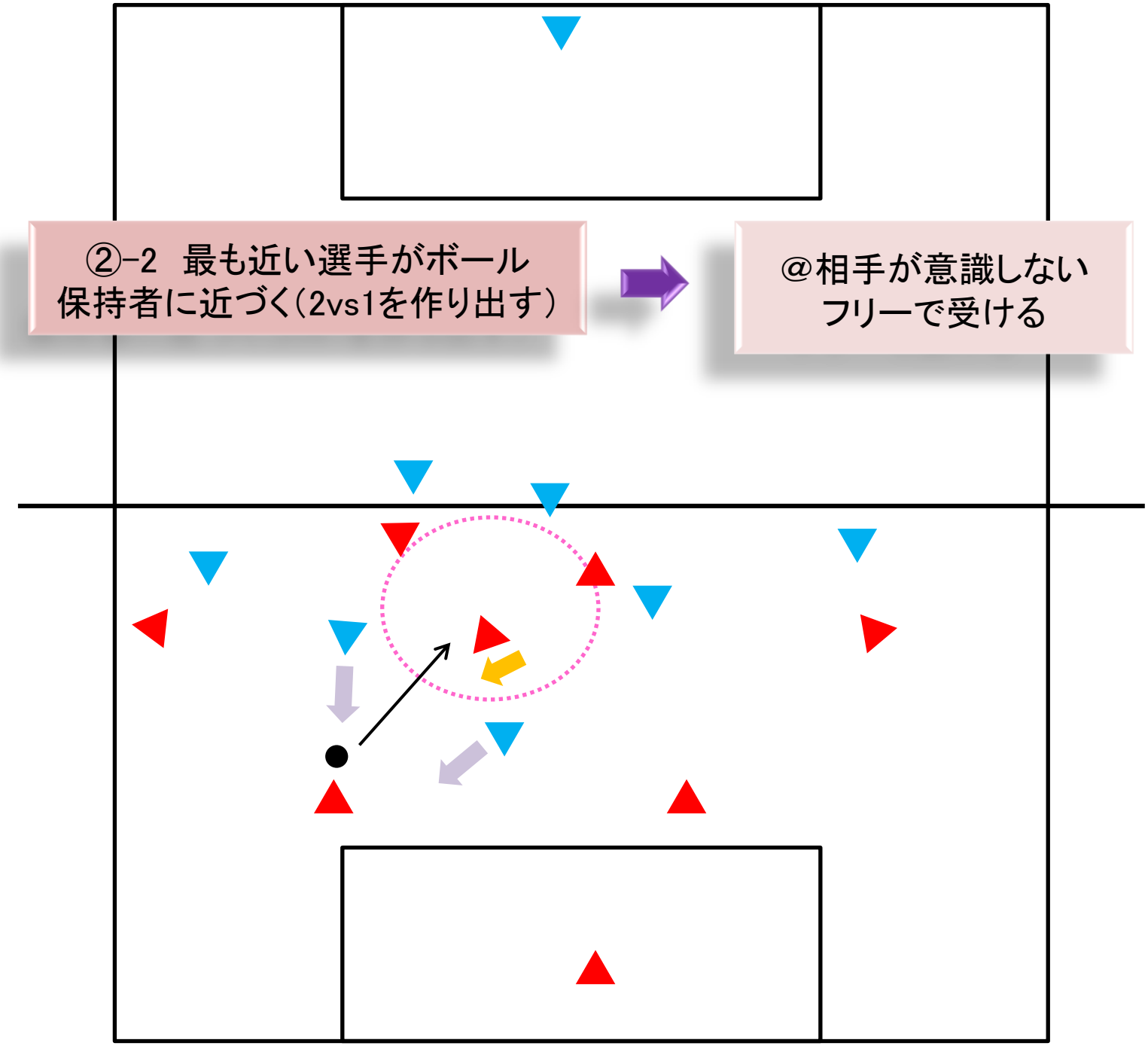

チャンスがあればDFライン
の裏を狙う
①GKは100%を選択する

②-1　最も近い選手がボール保持者に近づく（2vs1を作り出す）

＠相手が意識するスペースが生まれる

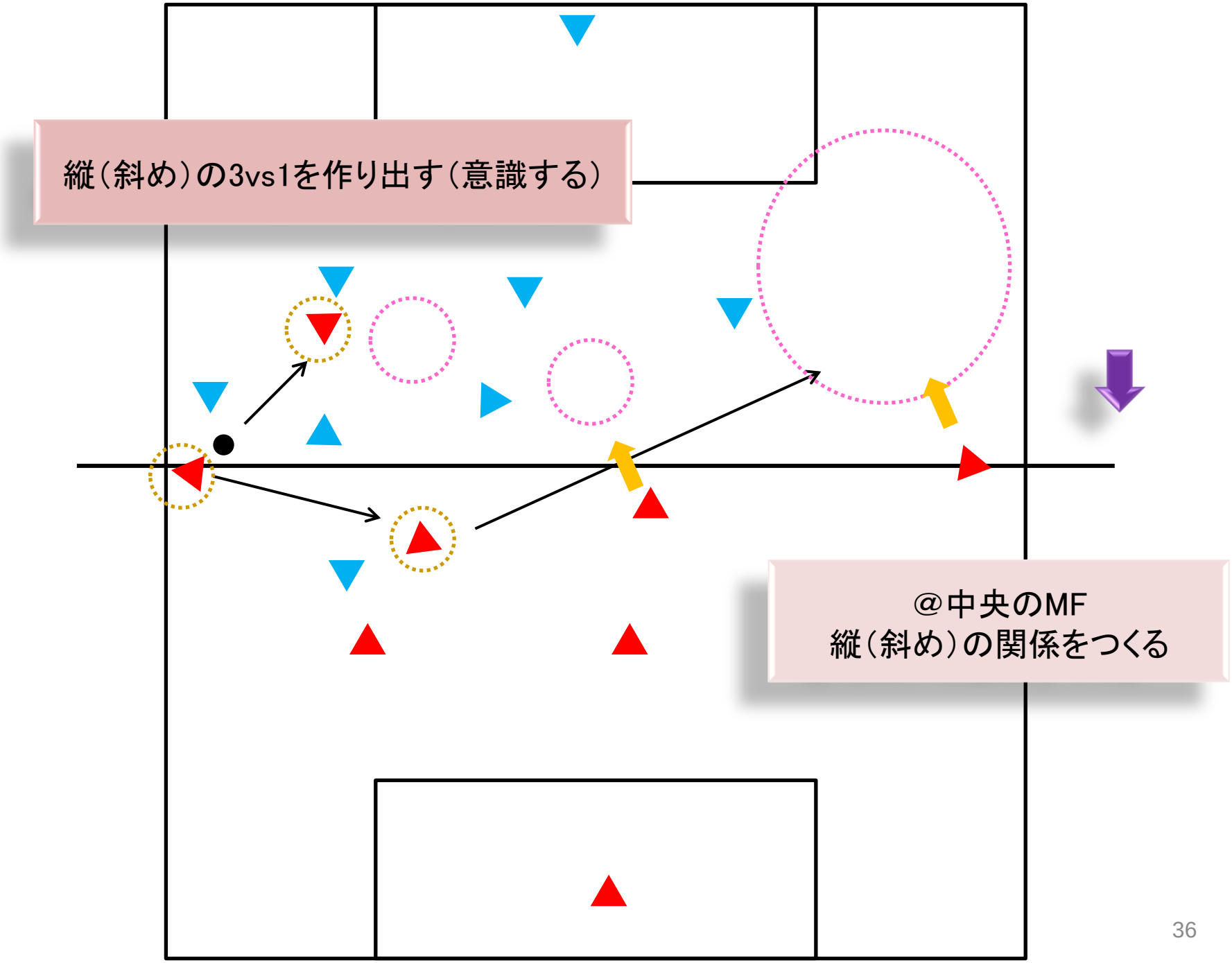


②-2　最も近い選手がボール保持者に近づく（2vs1を作り出す）



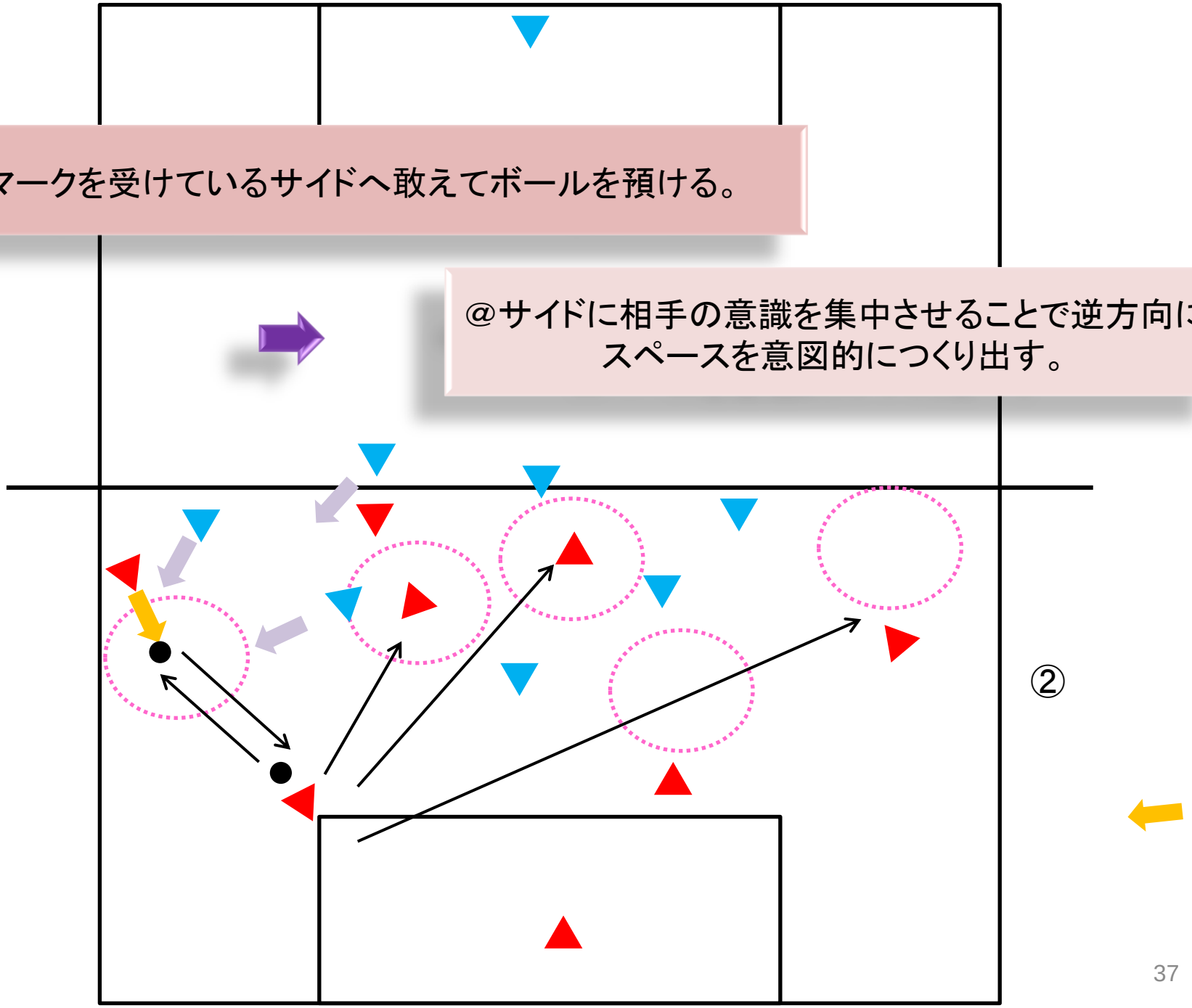
@相手が意識しない
フリーで受ける

ビルドアップ／サイドチェンジ


縦（斜め）の3vs1を作り出す（意識する）
@中央のMF
縦（斜め）の関係をつくる

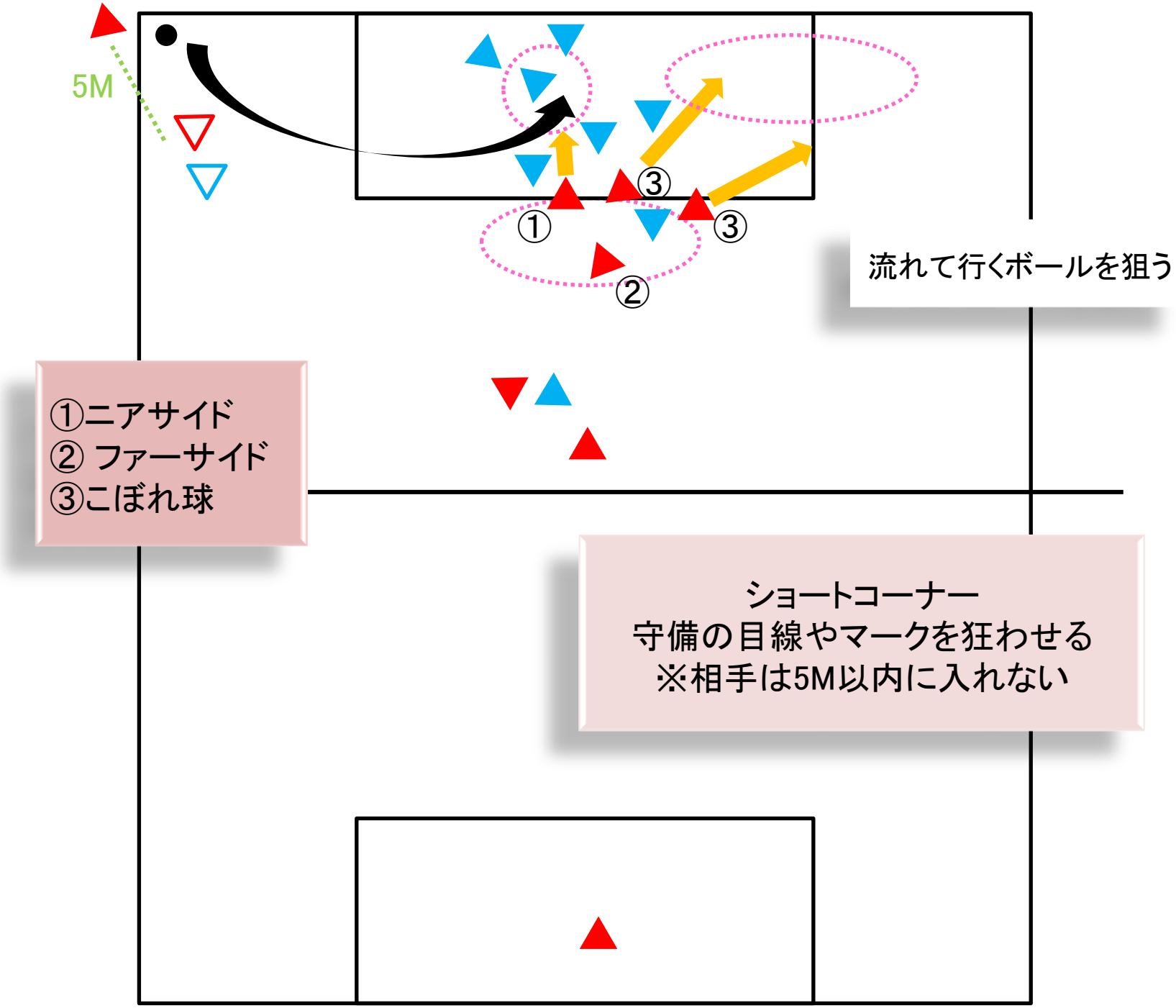
マークを受けているサイドへ敢えてボールを預ける。

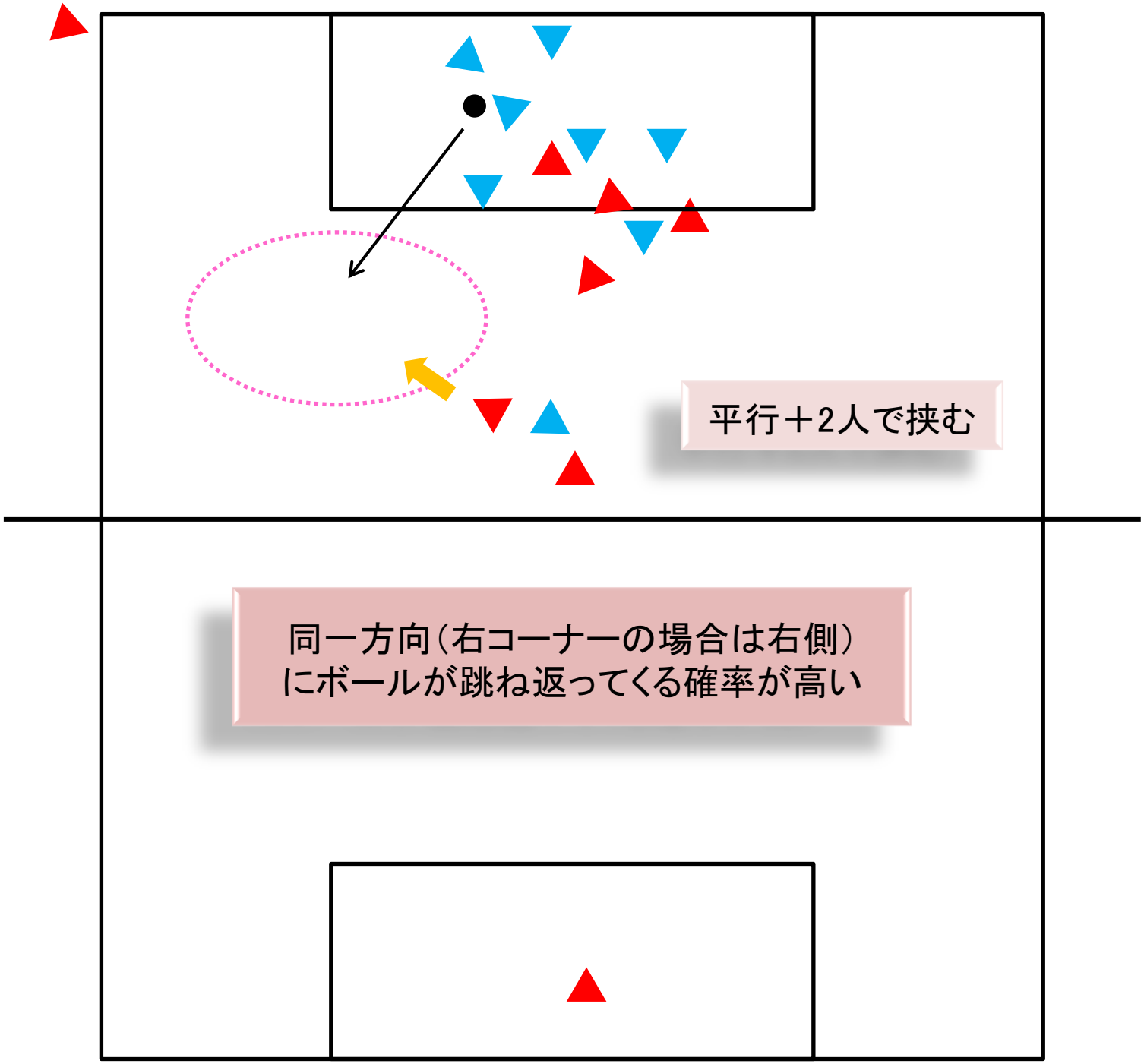
@サイドに相手の意識を集中させることで逆方向にスペースを意図的につくり出す。



セットプレー

攻撃時／コーナーキック

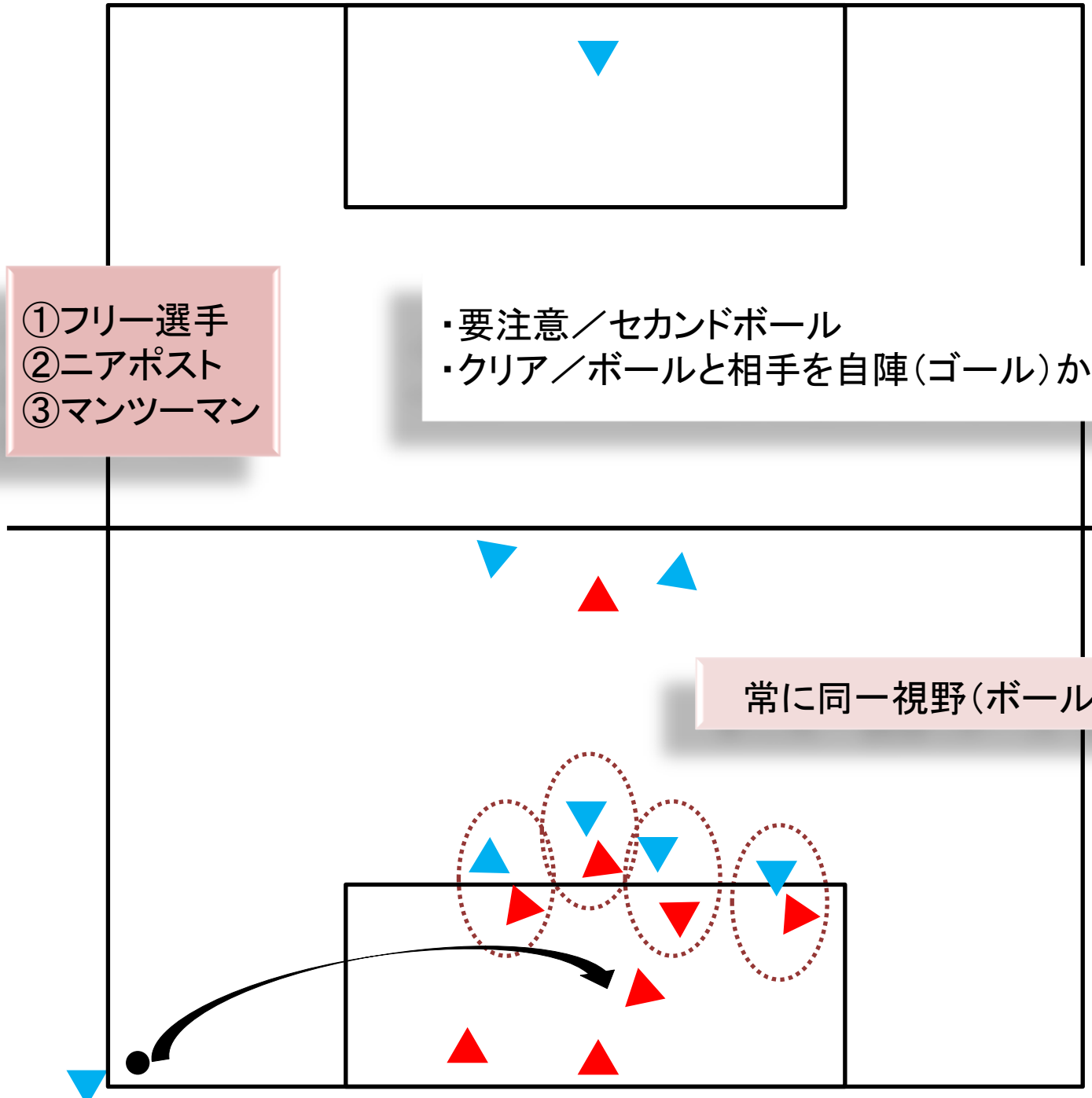

5M
①
②
③
③
流れて行くボールを狙う
①ニアサイド
② ファーサイド
③こぼれ球
ショートコーナー
守備の目線やマークを狂わせる
※相手は5M以内に入れない


平行＋2人で挟む
同一方向（右コーナーの場合は右側）
にボールが跳ね返ってくる確率が高い

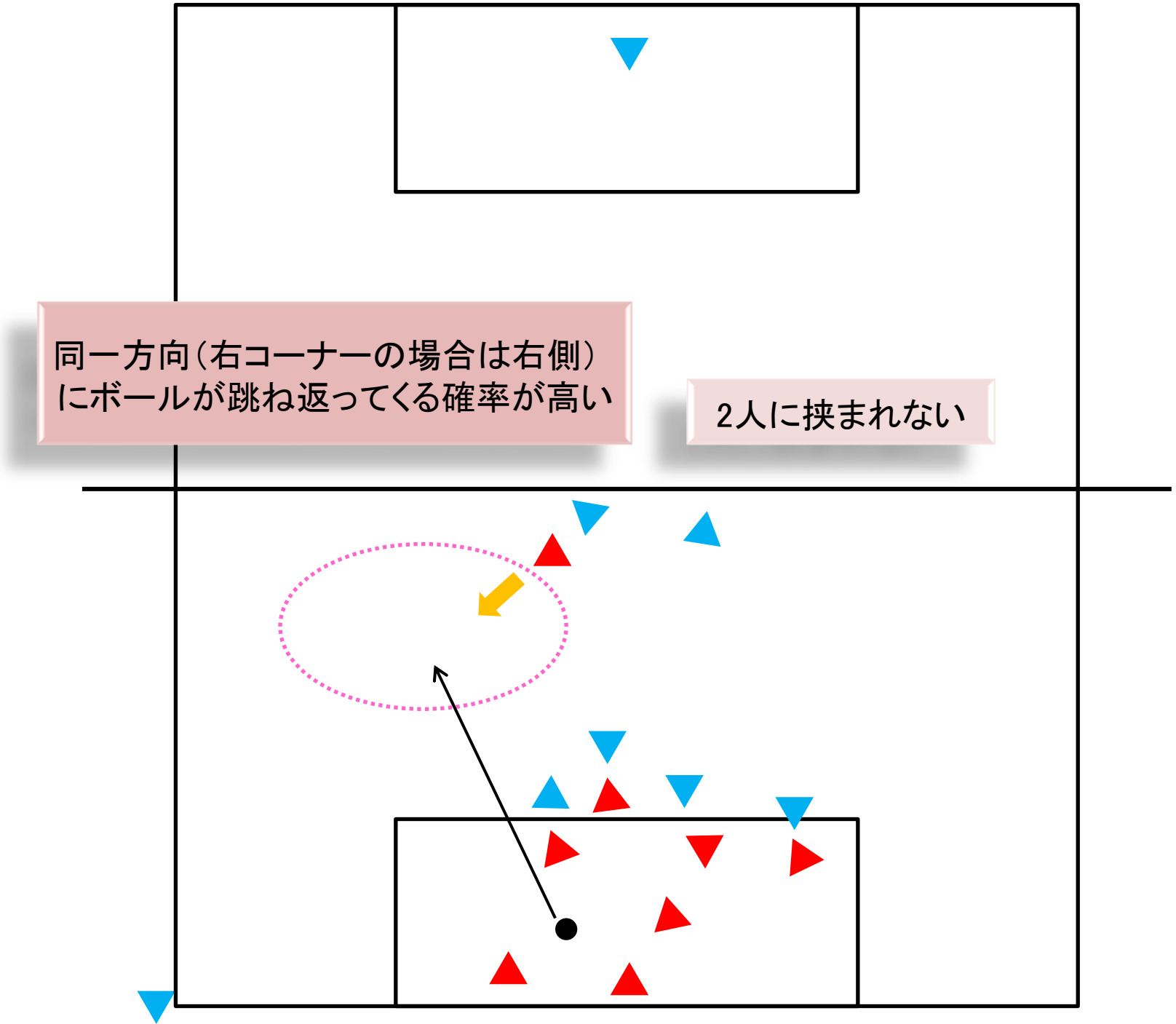
守備時／コーナーキック

①フリー選手
②ニアポスト
③マンツーマン

・要注意／セカンドボール
・クリア／ボールと相手を自陣（ゴール）から遠ざける

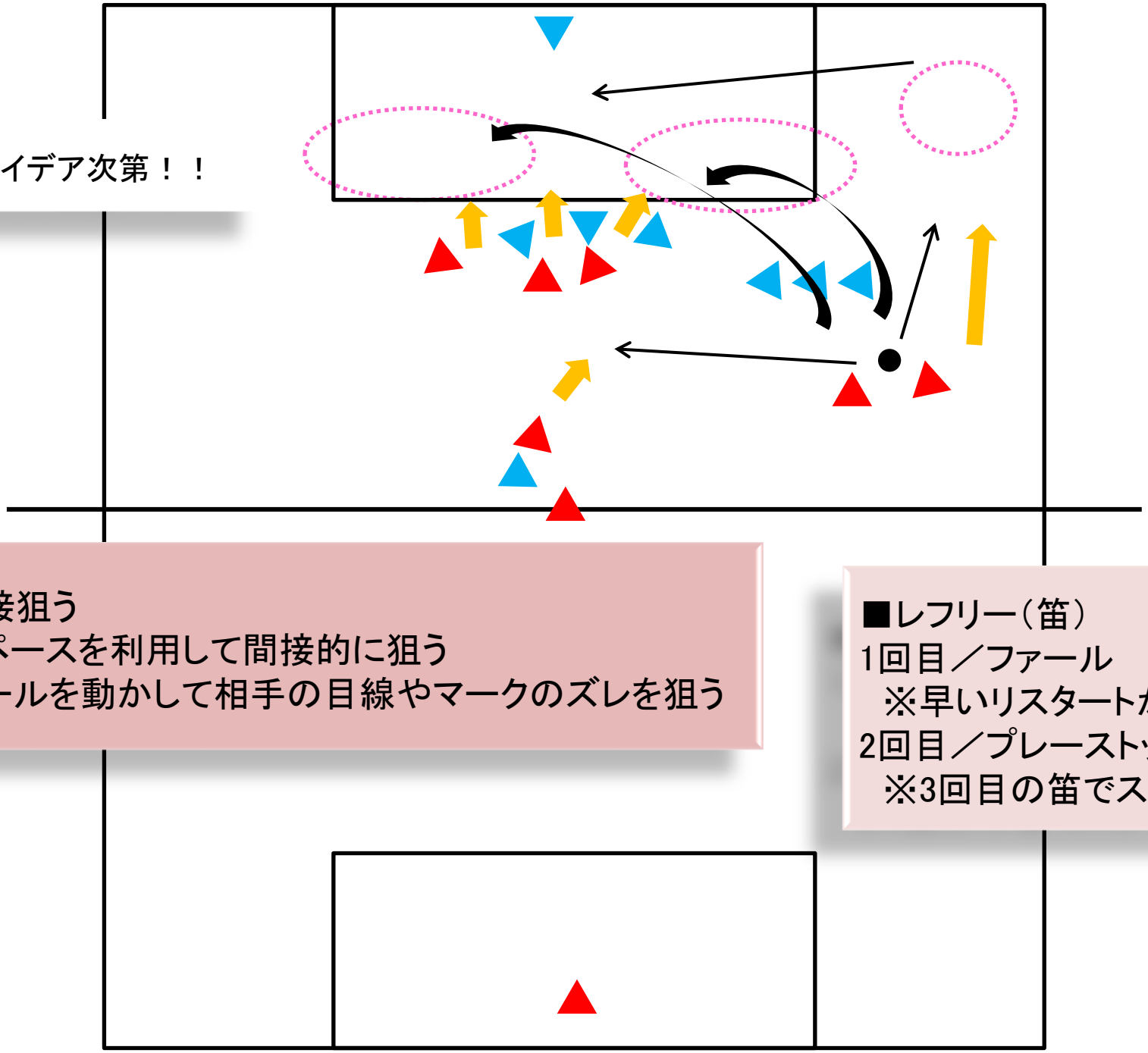


常に同一視野（ボール・相手）


同一方向（右コーナーの場合は右側）
にボールが跳ね返ってくる確率が高い
2人に挟まれない

攻撃時／フリーキック

アイデア次第！！

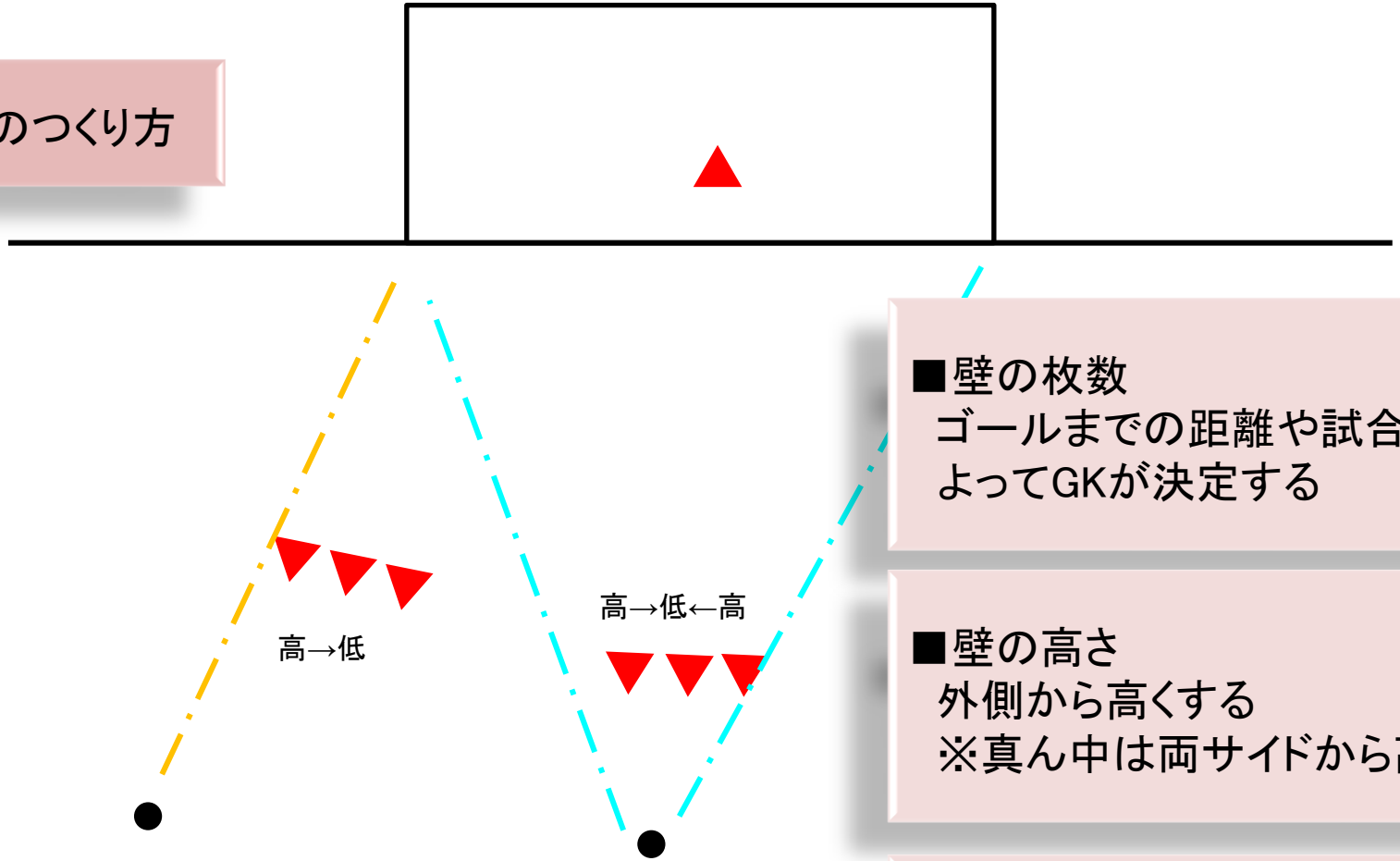


①直接狙う
②スペースを利用して間接的に狙う
③ボールを動かして相手の目線やマークのズレを狙う

■レフリー（笛）
1回目／ファール
　※早いリスタートが可能
2回目／プレーストップ
　※3回目の笛でスタート

守備時／フリーキック

壁のつくり方



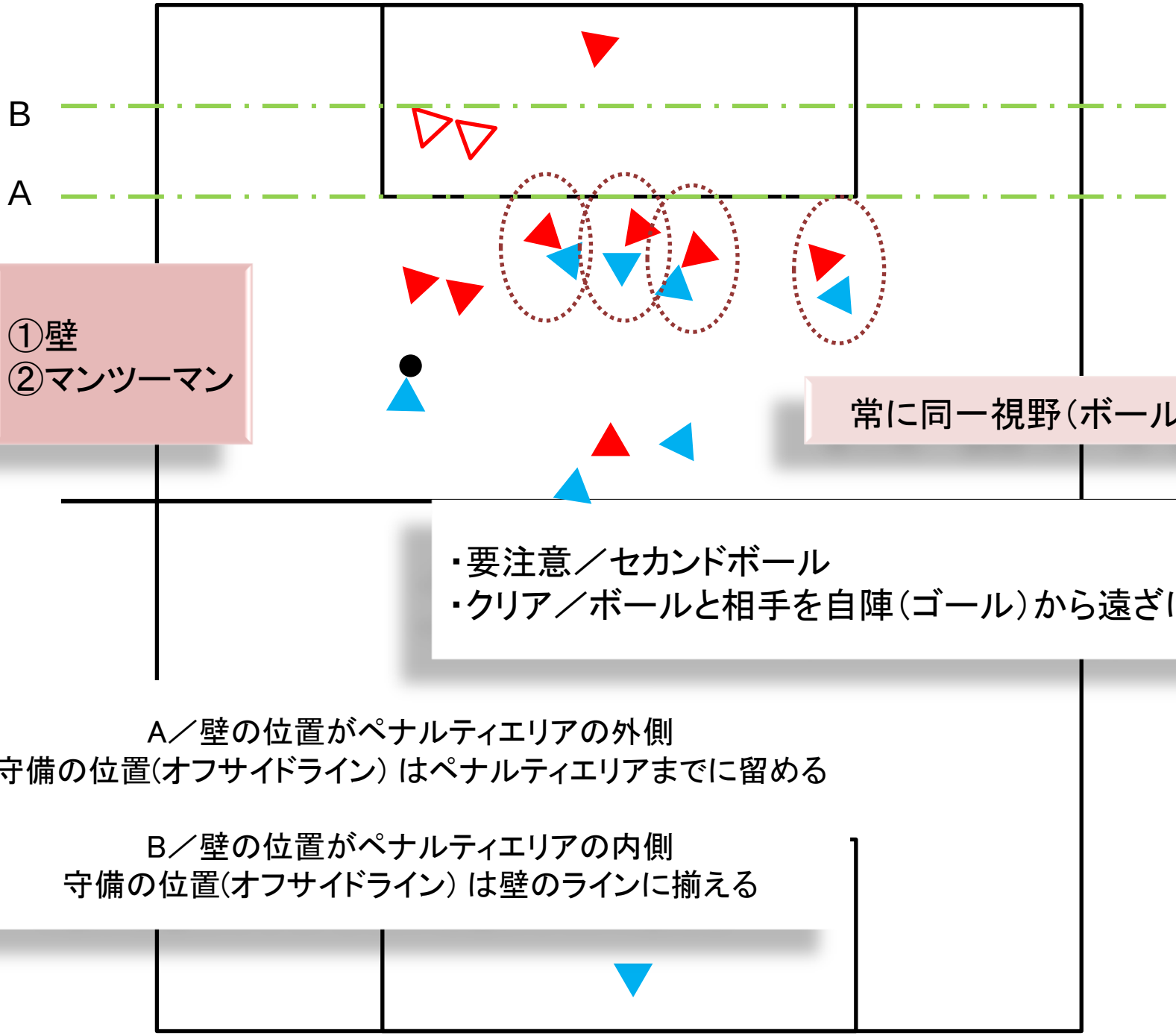
■壁の枚数
ゴールまでの距離や試合状況によってGKが決定する

■壁の高さ
外側から高くする
※真ん中は両サイドから高くする

■壁の選手
攻めの選手が壁をつくる
※攻撃選手を1名前線に残す

壁の外側／ボールとニアポストの延長線上

真ん中／得意な方向を空ける
相手の利き足を見て決める



①壁
②マンツーマン

常に同一視野（ボール・相手）

・要注意／セカンドボール
・クリア／ボールと相手を自陣（ゴール）から遠ざける

A／壁の位置がペナルティエリアの外側
守備の位置(オフサイドライン) はペナルティエリアまでに留める

B／壁の位置がペナルティエリアの内側
守備の位置(オフサイドライン) は壁のラインに揃える