

# アスタリスク戦略的ディフェンスの共通認識形成に当たって

## 1. 本資料の目的

- (ア) 守備におけるチーム全体の共通認識（コンセンサス）を再度形成する
- (イ) だれがどのポジションを実施したとしても、形成された共通認識のもと一定程度のレベルにある守りを実施できるようにする
- (ウ) 今のアスタリスクのレベルでは、個々人で打開し守り切るというのは難しいため、この状況を乗り切るために、チームで戦う
- (エ) 今のチームのやり方を今一度書面により確認し、お互いで話し合っ、更にチーム力を高めていくこと
- (オ) 共通認識を形成することで一つ一つの練習試合で何がいけなかったのかを明確にすることができ、次につなげることが可能となる
- (カ) 当然ながらこの資料はベースとしての位置づけで、一つの案（絶対ではない）ということを理解したうえで、チームで話し合っ、より良くしていくことを前提としている
- (キ) なお、本資料では図をいろいろ入れているが、すべてボールか自分の仲間となっている（相手の動きは何一つ入っていない）

## 2. 守りの共通認識

### (ア) 全体

- ① 戦略的ディフェンスで勝つ。具体的には、ゾーンディフェンスで勝つ。ただ、ゾーンディフェンスはマンツーマンと違って常に気持ち悪さ(この位置でいいのか、相手に当たりに行きたい、何のためにここにいるのか、相手が動いているのについていなくていいのか、ここは詰めるべきでは、等々)を抱えるが、それはすべて無視するぐらいの気持ちをもってやるという意識を持つ
- ② ボールそして仲間の位置によってポジションを決める
- ③ フォーマーションは、4,4,1,1 をベースにする





- ④ 基本的にどの位置でも、4,4,1,1 を形成するように意識する。マンツーマンではないので、相手の動きに惑わされず、ボールの位置によって、どこに位置取りすべきかをチーム一人一人が理解をする。
- ⑤ 1 枚目（最初に当たる人）がはがされたとしても、2 枚目でとれるポジションの位置取りを意識する（相手へのマークを意識するのではなく、1 枚目との距離を意識する）
- ⑥ 基本的にはお互いの距離は 5m 程度を基本としながら、状況によって調整する。ただし、10m 離れること、逆に、2m にすることはバランスの観点から許容すべきではなく、間違った位置取りと考えるべきかと思う。その距離感でいるメンバーがいたらチーム全体では正していく必要がある。
- ⑦ 縦の距離感だけではなく、横の距離感を意識し、全体的に動く（例：サイドハーフが相手にディフェンスに行って、当たっていた場合に、サイドバックだけではなく、トップ、トップ下、ボランチ、更には、反対側のサイドハーフ、及び、サイドバックがどの位置にいた方がいいのか意識をして動く）。お互いが上記の通り 5m 及び位置取りを気にしながら、いるべき位置に動く。
- ⑧ ボールが上空に上がった時も同じ意識を持つ。落ちる場所を皆が予想し、その周りにフォーメーションを形成する。特にこの意識がうちのチームでは低く感じる。セカンドボールが取れない背景はこれではないかと考えている。ボー

ルが上空に上がってもボール及びその近くにいる仲間を中心にチーム全体が4,4,1,1を作り上げる。

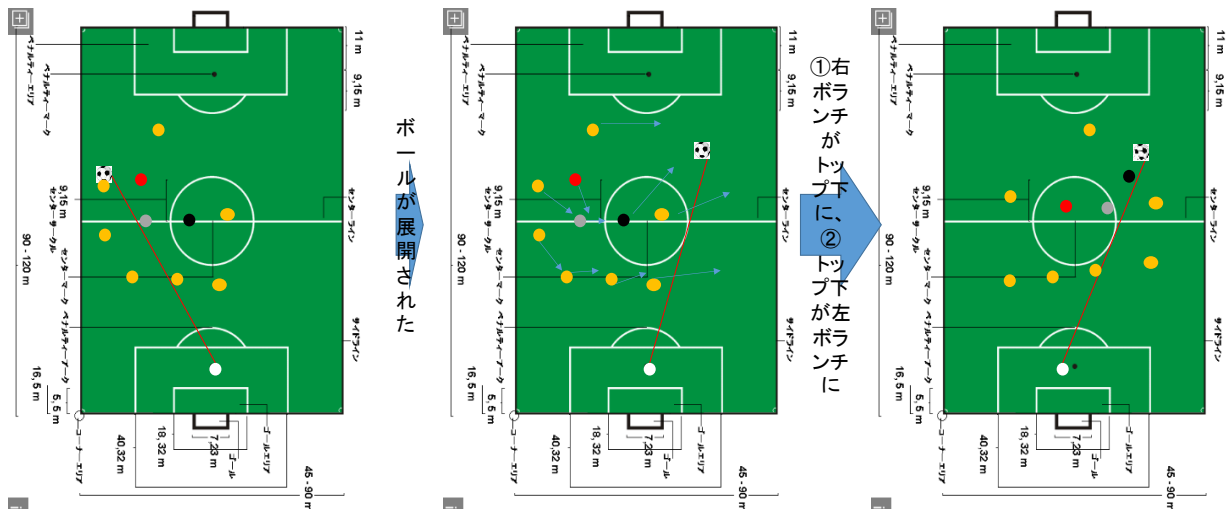
- ⑨ 縦のラインを意識した時に後ろのものが前のものに、又は、横のラインを意識した横のものが横のものに、「当たれ」 or 「少し待て」の声を早めにかける。言葉ではわかりづらいと思うが、具体的には、サイドハーフが当たるべきタイミングをサイドバックが指示するとか、トップ下が当たるタイミングをボランチが指示するとか、ボランチの位置取りをストッパーが指示するとか、サイドバックが当たりに行ったときに反対のサイドバックがストッパーの位置取りを指示するとか、そういうこと
- ⑩ ボールがどこにあってもこのフォーメーションを作り、はめて取る。僕らは残念ながら個々人では、弱いので、戦略的ディフェンスにより、勝つ。個々人では負けてもチーム力で勝つ。
- ⑪ 最も取りたい位置は、ハーフフェーラインの先方の陣地当たり、かつ、サイド。
- ⑫ 取り方としては、サイドハーフが当たり、相手がどこかに蹴らざる負えないときに、カット（これは、トップ、ボランチ、サイドバック、センターバックと全てある）する
- ⑬ ただし、センターバックがとっているのは望ましくない（ボールをけらせているため）。これは、蹴らせたトップ下及びサイドハーフが自分の責任であるという意識を持つべきだと思う。次は蹴らせないためには、どのタイミングで詰めるべきなのかとか、工夫をしていく必要性を意識してほしい。
- ⑭ 基本は、この高い位置でボールを取り、攻めにつなげる。4,4,1,1であればトップは前にいるため、また、味方の距離感も近いので、早い段階で、トップにあて、トップはトップ下に落とし、サイドハーフは上がって、3人ぐらいで連携して攻められるはず。

#### (イ) トップ

- ① ボールがあったらボールを中心に横にラインを引いたら、相手陣地寄りにおそらく3メートルぐらいの位置にいる。つまり、守りと攻めを同時に果たしている役割。
- ② サイドによりすぎず、相手のセンターバック及びキーパーへのバックパスを防ぐイメージ（展開をさせないことを意識）。そういう意味では、サイド展開をされたら自分の位置取りが悪かったぐらいの意識を持ってほしい。すべてを防ぐことは難しいとは思いますが、トップに入ったらその意識を持ってほしい。



- ② 一定程度の距離（イメージはハーフウェーラインから相手側のフィールド 10m ぐらいか）に相手が来たら、ボールをけらせない様に当たる。ボールがけられたら自分の位置取りが悪かったと思って次の是正につなげてほしい。
- ③ 展開をされたときに反対側についていくことはまずできないため、ボランチと連携する。具体的には、一人のボランチが前に行き、トップ下は、ボランチの位置に落ちる。三角形をつくり、臨機応変に 3 人で回転しているイメージ。ただし、4,4,1,1 をくずさないこと。よくあるケースは、ボランチが上がって、トップ下もトップ下にいて、トップ下が 2 枚になってしまい、バランスが崩れていることがある。



- ④ このトップ下の位置取りが僕たちのゾーンディフェンスのかなめであるため、非常に重要な役割を果たす。ゾーンでは気持ち悪さを抱えたディフェンスになる傾向があるが、特にこのトップ下はそれを抱えることになるかと思うが、基本は、対角線ということを忘れないこと。
- ⑤ なお、トップ下はトップへの指示を忘れないこと。攻めていて、急に守らなくてはいけないときなど、その時には、トップとか、ボランチに自分のポジションに入ってもらいたいような声をかけること。
- ⑥ また、トップのディフェンスの位置取りをしっかりと指示すること。
- ⑦ イチローの守り方が理想的。理由としては、以下のようなことが挙げられるので、参考にしてほしいと思う。
1. 対角線にしっかりと入れている。
  2. ボールをけらせない位置がどこなのか、蹴らせてはいけない位置がどこなのかを理解している。
  3. ボランチ二枚との三角形の連動が適切にできている。
  4. ボールの位置によって、トップ下がどこにいるべきか、ボランチがどこにいるべきかということを理解しているため、つまり二つのポジションのいるべき位置をボールを中心として理解しているため、上記のような二つのポジションが連動する動きができています。

#### (エ) ボランチ

- ① 4,4,1,1 を形成うえで、ボランチがどこに位置取りするかが重要。つまり、この位置取りが悪くなると全体のバランスが悪くなる。今日は何かはめられないな、はまらないな、という感じがあったら自分の責任だと思うぐらいの意識を持ってほしいポジション。ボランチは真ん中にいるため、すべてのポジションの人への距離を一定に保つことが唯一できるポジション。ある意味、チーム全員に位置取りに関して、声掛けが出来るのが理想的。
- ② トップ下の位置取り、及び、トップの位置取りを的確に後ろから指示する。
- ③ また、可能であれば、サイドハーフが当たるタイミング及び逆サイドハーフの絞り、更には、逆サイドバックへセンターバックへのフォローの位置に行くように指示する。
- ④ はめて自分のところでカットするという意識を持つ。
- ⑤ カットしたらすぐにサイドハーフ又はトップ下に渡す意識を持つ。
- ⑥ サイドにボールがあったら、サイドハーフとの距離感を保つようにする（内側に相手がドリブルして来たらボランチでとる）。
- ⑦ センターバックの方に長いボールが相手からけられたら、センターバックによって、相手がボールを落としたのを狙う。これがいつもできていないので、特に意識する。

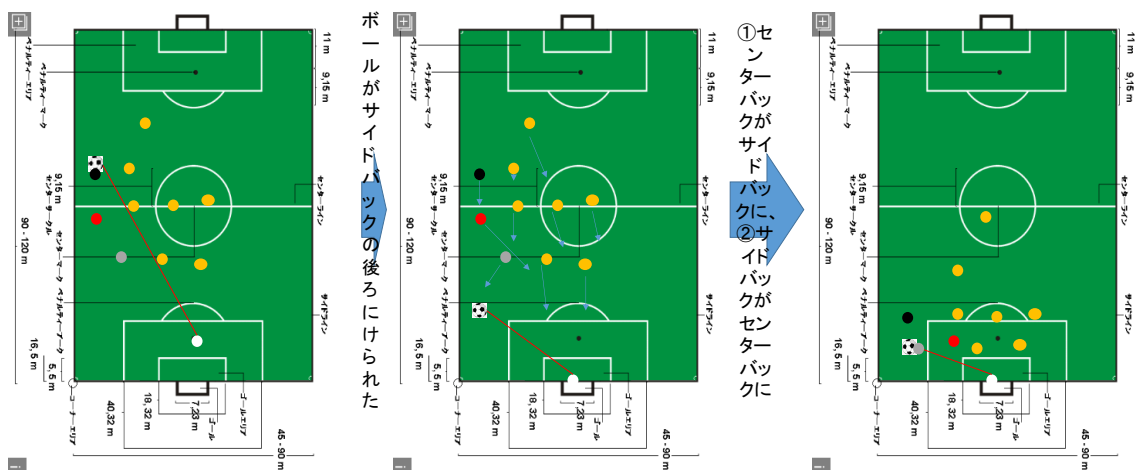
#### (オ) サイドハーフ

- ① 戦略的ディフェンスの中で、はじめに当たりに行くアタッカー。サイドに追いやった相手に初めに当たりに行くのがこのポジションの役割。このポジションのアタッキングが遅れると全体がピンチになるという意識を持ってほしい。
- ② 最近練習で取り組んでいる、あたりに行くのだけど心は少し後ろにあるというようなあたりを見せつつ取りに行ってほしい。自分がディフェンスのきっかけを作る、自分のところにとって、戦略的攻めにつなげるという高い意識を持ってほしい。
- ③ よくある良くないケースとしては、あたりに行かずに、ワンサイドカットしてしまっているケースがあること。とにかくこのポジションはあたりに行くという意識を持ってほしい。粘り強さを持ち合わせたアタッカーである。
- ④ また、逆サイドにボールがある時には、絞る動きをすること。また、必要に応じてボランチの位置取りの指示などもしてほしい。更に、サイド展開がされたときのカットも意識してほしい。ただし、前に出すぎるのはだめ、4,4,1,1 の真ん中の4ということのを忘れず、1（トップ下）の高さまでいかないこと。一方で、カットを狙うというのも大切。ただバランスが崩れるので狙いすぎてチームバランスが崩れたら即失点につながるという高い意識を持つこと。



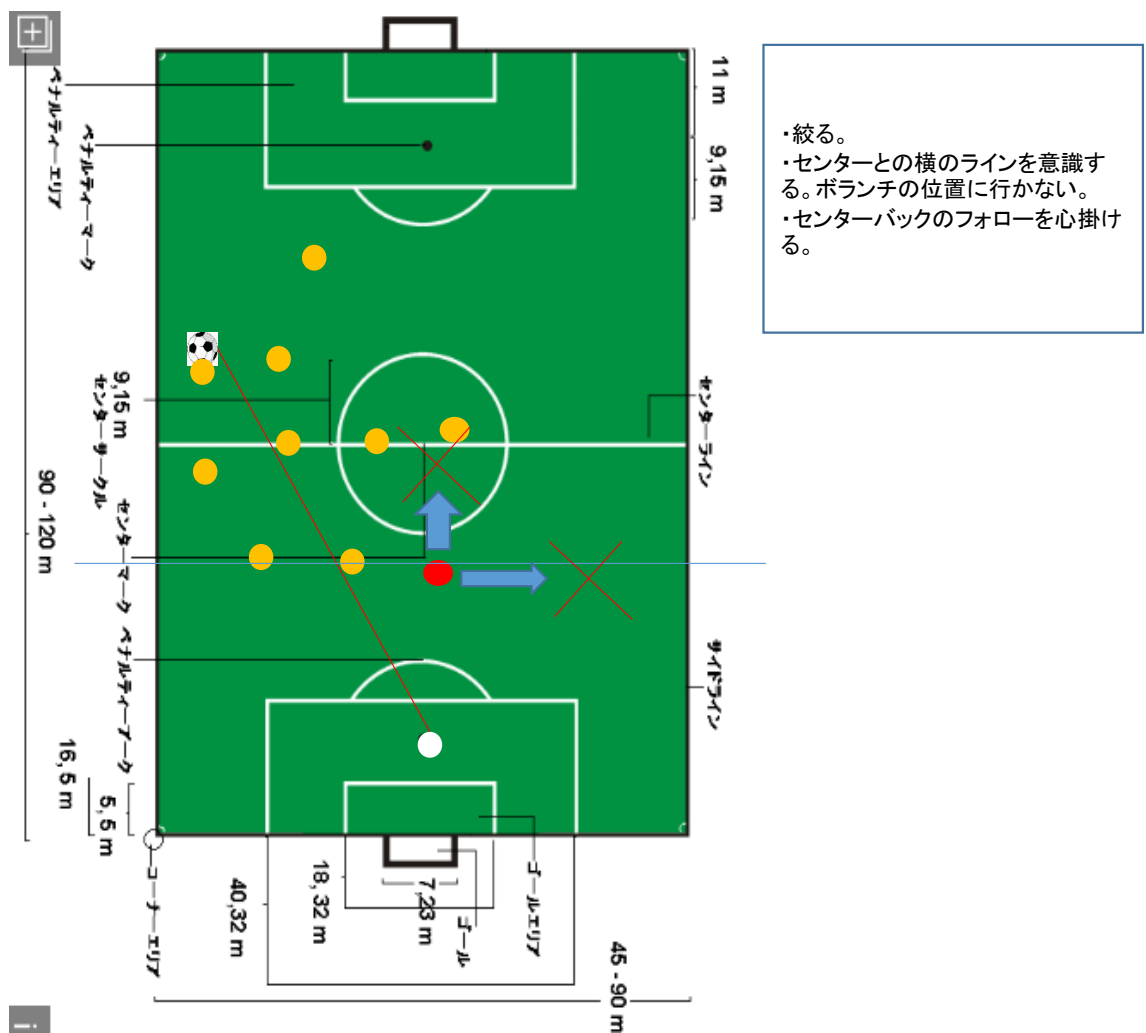






## ② (反対サイドにボールがあるとき)

1. 反対サイドにボールがあるときは絞る、横のラインを意識する。決して、横にラインを引いた時にセンターバックよりも相手の陣地よりに入らないように。どちらかというと、カバーのために少しセンターバックの後ろでも良いくらい。この点しっかりできていないことが多い。



2. 更にセンターバックのカバーリングを意識する。うちのチームはこのサイドバックのセンターバックのカバーリングができていないことが多い。センターバックの後ろにボールが反対から入ってしまったら自分の責任

[illegible]

- ① ボランチの位置どり、サイドバックの位置どりの指示を的確にする
- ② また、ボランチ及びサイドバックとの距離感を適切な距離に取り、2 枚目としてとる動きも意識する必要がある。特にサイドバックがえぐられて抜かれて 2 枚目で取れないとかのシーンでは、自分の距離感のミスという意識を持って欲しい
- ③ 更に、センターバック間の距離の意識、反対サイドのサイドバックのポジションの指示をして欲しい。うちのチームは実はこの反対サイドのサイドバックへの指示(裏にやられた時のカバーができるような位置どりの指示)がうまくできていない印象あり。後ろへの指示であり難しいが、意識してやって欲しい。
- ④ センターバック 2 人のルールを事前に一定程度決めておく。具体的には、どちらが浮き玉のメインアタッキングとなるのか、どちらがメインカバーリングとなるのか。決して 2 人が浮き玉に 2 人とも飛んでいるということにはならないようにする
- ⑤ 上記のように決めたとしても、4,4,1,1 というゾーンを埋めるディフェンスをしていることから、必ずしもきめたほうのアタッキングが当たれるとは限らないので、絶対的なルールとしては、1 人はアタッキング、1 人はカバーリングということかと思う
- ⑥ 山さん、峯ちゃんの組み合わせのセンターバックが参考になる。背景としては以下のようなことが挙げられる。
  1. サイドバックとの距離感が適切であり、2 枚目で取れている。
  2. 時にサイドバック、センターバックと 2 枚目が抜かれても、もう 1 人のセンターバック、つまり、3 枚目で取れていることがよくある
  3. アタッキング、と、カバーリングが事前に調整できている

(ア) 僕ら一人一人の力はイワシなのかもしれませんが、ライオンのごとく群れで戦略を練り、待ち構えて、がっつと行きましょう。