

プレッシング

コーチ：宮川 真一

W-UP パス&コントロール

- ① 対面パス(短い)
- ② スクリーン&ターンドリル
- ③ ハーフターン(アングル)
- ④ 味方の動きを見てサポートを変える
後方の味方と異なるアングルへ
- ⑤ 3vs1
守備側は適切なポジションから
2人を守るポジションへ奪いに行く

TR2 6vs6+GK 60m×40m

- ・セバレート 1-2-3-1でプレー
- ・守備側はセバレートなし
- ・守備は外にでてプレスをかけてOK
- ・攻撃はFWにボールが入ったらフリー
→セバレートなしでプレー
- ・コンパクトにしてプレーする
縦ずれと横ずれの距離を短く
- ・攻撃は優先順位でプレー
相手のライン間・背後の判断
- ・ボールを奪いに行く意識
チームで連動してボールを奪いに行く
イメージの共有

TR1 3vs3vs3 24m×14m

- ・攻撃は2-2-2でセバレート
- ・守備はセバレートなし
- ・攻撃は縦方向にパスをする
- ・守備は縦を切りながら奪うチャンス伺う
奪いに行く時の3人の連動を意識させる

Game 7vs7+GK 68m×52.5m

- ・セバレート 1-2-3-1でプレー
- ・守備側はセバレートなし
- ・守備は外にでてプレスをかけてOK
- ・攻撃はFWにボールが入ったらフリー
→セバレートなしでプレー
- ・コンパクトにしてプレーする
縦ずれと横ずれの距離を短く
- ・攻撃は優先順位でプレー
相手のライン間・背後の判断
- ・ボールを奪いに行く意識
チームで連動してボールを奪いに行く
イメージの共有

KEY FACTOR

1. ボールへのプレッシング
2. チャレンジ&カバー
3. 限定して奪い切る判断
4. コンパクト
5. ボールを奪った後素早い攻撃