

# サッカーの攻撃におけるチーム戦術のコーチング実践

—シュート数を増加させるために—

加藤 譲<sup>\*1</sup>・今川正浩<sup>\*1</sup>

## A Soccer Coaching Practice of Team Tactics of Attack

— Increasing the number of shots —

by

Joe Kato and Masahiro Imagawa

### Abstract

The purpose of this study was to identify a record of soccer coaching practice about a team tactics of attack in a university soccer club. A soccer coaching practice was to increase the number of shots in each regular match. The number of shots in the first half period of 2010 was 75 shots and the number of goals was 16 goals. A soccer coaching practice was performed from June 29 to November 20, 2010. This soccer club had 23 field players and 4 goalkeepers. Team strategy on the attacking for a goal was constituted by several themes : 1) Carrying quickly the ball to over half way line as soon as possible. 2) Running into a space that is between a goalkeeper and defenders of the opponent team and kicking the ball to the space. 3) Taking good care of the ball. The results of this study were follows : 1) the number of total shots in the second half period of 2010 was 114 shots. It was significantly increased from the average number of shots in each match in the first period. 2) The number of total goals in the second half period of 2010 was 20 goals. It was not significantly increased from the average number of shots in each match in the first period. 3) Result of observing about all matches of the second half period of 2011, players had carried the ball quickly to opponent's half pitch. But the players had a lot of mistakes on the opponent's half pitch. As background, the players played with the ball too much speedy. The results suggest that a coaching important factors are speed control of attack, active participation in attacks, share pictures of the attack.

## I 目的

スポーツにおける戦術研究において、戦術の原理・原則はどんな戦術にも見出され得るだけでな

く、如何なる戦術にも適用しなければならないものであると言われている<sup>1)</sup>。

サッカーの指導者がチーム作りの上で必要である一貫指導教程として、①チームコンセプト、ピ

---

\* 1 東海大学体育学部競技スポーツ学科

クチャーを持つこと、②ピクチャーを実行する上で、浮き上がってきた課題や問題点を修正、克服するといったサイクルが確実に実行されることが重要で、それにより、個人の仕事が明確になり、また選手が試合中に起こる課題や問題点を解決するという柔軟な戦い方ができるようになったと報告されている<sup>2)</sup>。

瀧らは、サッカーにおいて、REALISM を追求する（得点して勝利する）には、①いい守備をしてボールを奪い、速攻から得点する、②オープン攻撃を主体に、中央突破を絡めて得点する、③ワンタッチ・ツータッチの速いパス回しとサイドチェンジを絡め、相手の一瞬の隙を突いて得点する、④ディフェンス陣によるビルドアップから素早く攻めて得点する、⑤セットプレイで得点する、以上の5つのコンセプトを挙げている<sup>3)</sup>。

松本<sup>4,5)</sup>や吉村<sup>6,7)</sup>は、サッカーの攻撃に関する研究を報告している。これらは、チーム作りには欠かせないグループでの戦術について述べられており、さらに実際にトレーニングを行い、その効果の報告が成されている。このような研究を積み重ねることによって、様々な競技レベルの選手を対象にした効果的なトレーニングを構築することができ、よりよりコーチングの実践が行えると言えよう。日本サッカー協会<sup>8)</sup>においても、有効的なコーチングを行うために多くのトレーニングのオーガナイズを紹介し、それぞれのキーファクターをまとめている。様々なテーマにおけるトレーニングのオーガナイズは無限に創られていく。しかし、それらの多くは、実際にトレーニング前後の変化について報告されていない。さらに、コーチングの善し悪しは、上位コーチライセンス保持者による判断によって評価されることが多い。そして、その対象はグループであって、チーム全体に伝え、実際の試合の結果を通じて、コーチング実践の検証を行っている研究は数少ない。そこで本研究は、試合におけるシュート数を増加させるためのチーム戦術を構築し、実際に一チームを対象とし、コーチング実践を行い、実際の試合の結果およびコーチング実践の記録からコーチング実践を検証することで、今後のサッカーのチーム戦術のコーチングの一助となることを目的とした。

## Ⅱ 方法

対象チームは、関東大学サッカーリーグ2部のT大学体育会サッカー部のトップレベルチームに所属するフィールドプレイヤー23名、ゴールキーパー4名（サッカー競技経験年数10～14年）とした。

コーチング実践の対象期間は、2010年6月28日～11月20日とした。試合の日程から逆算してコーチングプランを作成し、期間を5つに期分けした（表1）。リーグ前期の終了日の翌日からリーグ後期の開始日までの11週間を準備期①、試合準備期①、準備期②、試合準備期②とした。準備期①は4週間を設定し、リーグ後期の開始までの期間で最も体力の調整を必要としない時期とし、体力を高める期間とした。試合準備期①は2週間を設定し、2週間後に行われるトーナメント方式の公式試合に向け、体力の調整およびチーム戦術の修正を行う期間とした。準備期②は2週間を設定し、チーム戦術の再構築を行う期間とした。試合準備期②は3週間を設定し、チーム戦術の確認を行う期間とした。

対象項目は、対象とした試合の公式記録からシュート数および得点を記録した。得点率は、総得点を総シュート数で除して、100を乗じ、算出した。得点について、試合を記録したVTRを見ながら、ボールを奪ってから得点に至るまでの経過を図示した。

試合の印象分析は、専属コーチによる記録メモを基に試合の様相としてまとめた。

統計処理は、シュート数、得点において、前期11試合と後期11試合の平均値、標準偏差を算出し、対応のあるT検定を行った。なお、統計処

表1 コーチングプランの期分け

| 期分け    | 期間           |
|--------|--------------|
| 準備期①   | 6月28日～7月25日  |
| 試合準備期① | 7月26日～8月8日   |
| 準備期②   | 8月9日～8月21日   |
| 試合準備期② | 8月22日～9月10日  |
| 試合期    | 9月11日～11月20日 |

理には、SAS 社製統計処理ソフト StatView 5.0 forWindows を使用し、統計的な有意水準は 5% 未満とした。

### Ⅲ コーチング実践

攻撃におけるチームコンセプトは、第一に、ブレイの原則<sup>9)</sup>の攻撃にあるように、突破、厚み／幅、活動性、即興性の突破を第一優先順位とし、ボールを奪ったら、すぐさま相手コートへボールを進めることとした。第二に、さらに相手守備者とゴールキーパーの間のスペースにボールを配給し、そこへ選手を走り込むこととした。第三に、ボールを大切に扱うこととした。以上の3点について、コンセプトを基に、チーム戦術を整理し、トレーニングをプランニングし、コーチングを行った。

準備期①では、素早く相手コートへボールを進めるにあたり、選手がより数多くのランニングをできるように、間欠的な走力の向上をねらいとしたトレーニングを構築し、コーチングを行った。トレーニングは、ボールを使わない素走りのトレーニングではなく、実際の試合と同様にボールを使ったトレーニングとなるように工夫し、トレーニング（図1）を作成した。またゲーム形式（図2,3）のトレーニングを主に行い、ゲームの中でサッカーの目的であるゴールを奪う、ゴールを守る、ボールを奪うことを実践できるように試みた。

試合準備期①では、トーナメント方式による公式戦に向け、身体的なコンディションを整え、チ

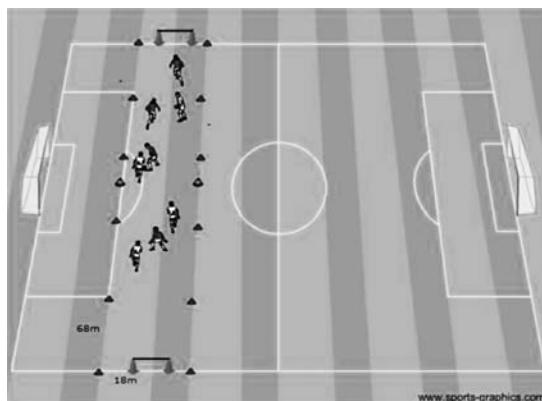


図2 4対4

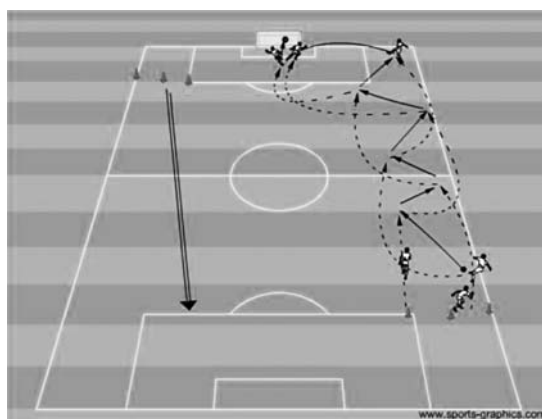


図3 5対5

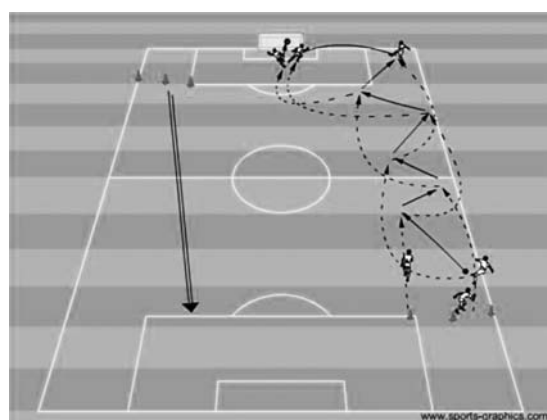


図1 3人のクロスパスからシュート

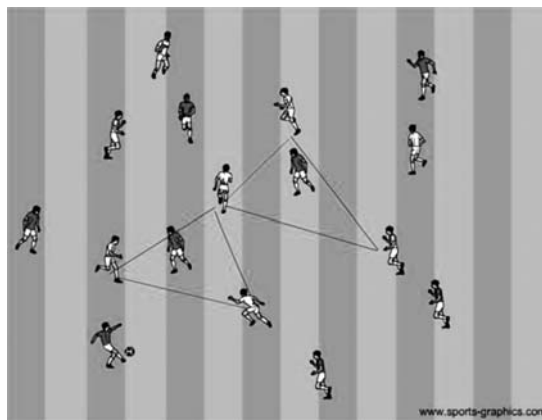


図4 トライアングルススペースのポジショニング

ームコンセプトとなる突破のテーマを行うにあたり必要となると考えられるボールをグループで保持するボールポゼッションを高めるトレーニングを構築し、コーチングを行った。相手の間のスペースを意識してポジショニング(図4)をし、ボールを受けられるように習慣づけられるように試

みた。

準備期②では、攻撃におけるチームコンセプトを基にしたチーム戦術をグループからチームへと徐々に発展できるようにトレーニングを構築し、コーチングを行った。

試合準備期②では、対外練習試合を4試合行い、

表2 チーム戦術の内容

|                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------|
| 1) ゴールキーパー(：GK)から素早く相手コートへボールを進める。                                        |
| 2) GKがボールを持ったら、サイドバックはワイドに素早く広がり、フォアードとサイドハーフは相手ゴール方向へ深みを取り、ボールを受ける準備をする。 |
| 3) ボールを受ける時は、ゴール方向を向く努力をする。                                               |
| 4) ボールを保持した時は、パス、動きの優先順位をよりゴール方向とする。                                      |
| 5) ボールを出す、ボールを受けるタイミングを図る。                                                |
| 6) 相手がゴール前へ戻る前に攻める。                                                       |
| 7) 守備時にボールを奪った時は、素早く攻撃の基点をゴール方向に創る。                                       |
| 8) 守備時は、1-4-4-2システムに変更し、バランスをよくボールを奪う。                                    |

表3 各試合に向けてのトレーニング内容および日数

| 対戦  | トレーニング日数 | 日数 | トレーニング内容   |             |           |              |
|-----|----------|----|------------|-------------|-----------|--------------|
| 12節 | 3        | 3  | 攻撃の崩し      | フィニッシュ      | ボールポゼッション |              |
| 13節 | 4        | 4  | サイドからの攻撃   | フィニッシュ      | ボールポゼッション | チャレンジ&カバー    |
| 14節 |          |    | 攻撃の崩し      |             |           |              |
| 15節 | 4        | 5  | フィニッシュ     | マークの受け渡し    | ボールポゼッション | 攻撃のスペースの利用   |
|     |          |    | 攻撃の崩し      |             |           |              |
| 16節 | 4        | 5  | チャレンジ&カバー  | ゴールへボールを進める | フィニッシュ    | チャレンジの連続     |
|     |          |    | 守備から攻撃の改善  |             |           |              |
| 17節 | 11       | 13 | チャレンジ&カバー  | チーム戦術(守備)   | 前線の追い込み   | クロスの守備       |
|     |          |    | フィニッシュ     | サイドからの攻撃    | サイドへの展開   | ボールポゼッション    |
| 18節 | 6        | 7  | 攻撃の戦術の見直し  | 攻守の切り替え     | チャレンジ&カバー | 攻めの崩し        |
|     |          |    | ボールポゼッション  | ビルドアップの改善   | フィニッシュ    |              |
| 19節 | 6        | 8  | ボールポゼッション  | フィニッシュ      | 攻めの崩し     | 守備から攻撃への切り替え |
| 20節 | 4        | 4  | フィニッシュ     | ボールポゼッション   | 攻めの崩し     |              |
| 21節 | 4        | 5  | 第3の動き      | ボールを動かす     | 攻めの崩し     | フィニッシュ       |
|     |          |    | 動き出しのタイミング |             |           |              |
| 22節 | 5        | 6  | ボールポゼッション  | フィニッシュ      |           |              |

攻撃におけるチーム戦術を遂行させ、選手たちの理解度やチームとしての修正をコーチングした。

試合期では、試合後に課題を抽出し、トレーニングを構築し、次の試合までに少しでも多くの課題を改善できるようにコーチングを行った。各試合に向けてのトレーニングを表3に示した。

## IV 結果

### 1) シュート数

平均シュート数は図5に示した。前期11試合でのシュート数の合計は75本で、1試合の平均シュート数は $6.82 \pm 2.71$ 本であった。後期におけるシュート数の合計は114本で、1試合平均は $10.36 \pm 3.04$ 本であった。後期の1試合あたりの平均シュート数は前期に比べ、有意に増加した( $p < 0.05$ )。

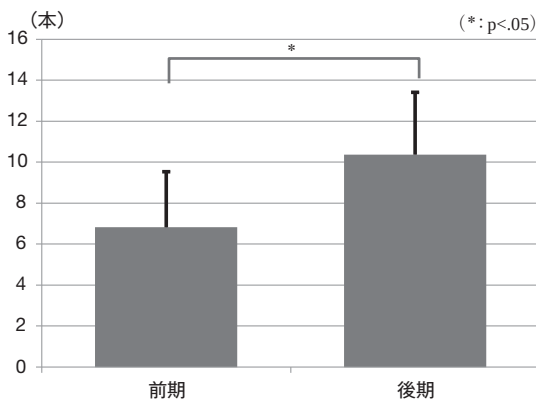


図5 平均シュート数

### 2) 得点

前期11試合の総得点は16点で、1試合の平均得点は $1.45 \pm 1.04$ 点であった。後期では、総得点は20点で、平均得点は $1.82 \pm 1.99$ 点であった。総得点、平均得点において、前期より後期の数値は高い値を示したが、有意な差は認められなかった。ボールを奪ってから得点となるまでの経過を図6に示した。得点は、ペナルティエリア内、ゴールエリア内からのシュートが35点で、ペナルティエリア外からのシュートが1点であった。

### 3) 得点率

前期の得点率は21.0%で、後期は14.5%であ

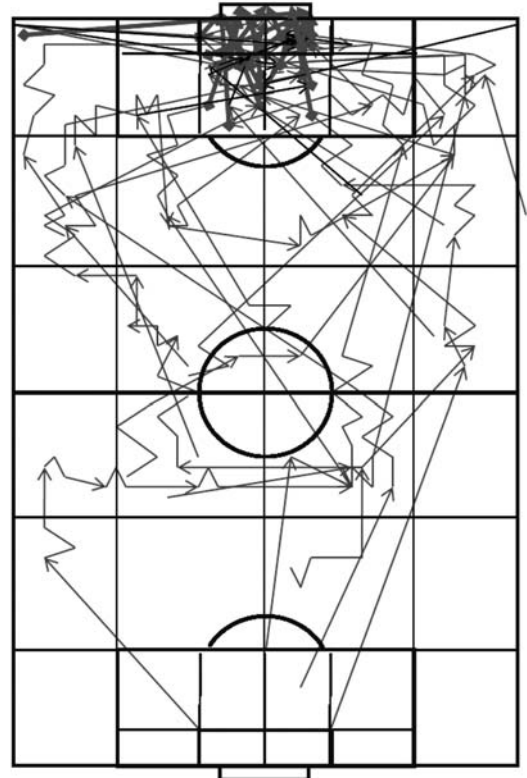


図6 得点となったシュートの経過

った。シュート数、得点において前期より後期の数値は高い値を示したが、得点率では後期が低い値を示した。

### 4) 試合の様相

ボールを相手コートやゴール前に進められた機会が多くなった。これにより、相手チームがゴール前を素早く守ってくる傾向がみられた。しかし、その守備を崩す攻撃のアイデアが乏しかった。例えば、効果的なサイドチェンジや中央の突破などのバリエーションをチームとして備えていなかった。

また、ボールを奪ってからスピーディーに攻撃を行うことを試みさせた結果、ボールを相手コートに進められた機会は多くみられた。それに伴い、シュート数も多くなり、得点の機会を多く創り出すことできたが、最も重要なシュートの精度が低かった。ゴール前までボールを運ぶことができ、選手がゴール前まで移動し、シュートも打

ているが、ボールをゴールに蹴り込むことができなかった。一方、同様にボールを失った機会も多くみられた。ボールを失ったのは、速く移動しながらボールを操作する精度が低いことが原因であることが観察された。同じように状況判断についても、速く移動しながら的確なプレイが遂行された回数は少なかった。

## V 考察

後期のシュート数が前期より増加したことは、一定のコーチング効果があったと言える。しかし、ただ単にシュート数が増加したからと言って、最適なコーチングであったと評価することは安易である。なぜなら、シュート数は増加したが、得点がほぼ変化が見られなかったことから、得点率が低くなり、効果的なシュートが打てていないことが推測されるからである。この結果から、実践されたコーチングは、チーム戦術を遂行するにあたって、シュートを打つ選手に余裕のある状況を創りだすことができていなかったと考えられる。余裕のある状況とは、プレイする時間的要素と空間的要素の組み合わせで成り立つ。例えば、ワンタッチでシュートを打てる状況では、ワンタッチという高度なプレイを確実に遂行するには、時間的、空間的な要素の確保が必要となる。GKと1対1でGKの動きを観てシュートを打てる状況、強いシュートもしくはコースを狙ったシュートを打てる状況においても、時間的要素と空間的要素を多く保つことができると得点となりやすいと考えられる。その改善方法として、吉村<sup>7)</sup>が報告したように、攻撃の起点となる位置から3~4人で攻撃を構成するようにコーチングを行うことで改善ができると考えられる。このような状況をチームとして創りだせるように、チーム戦術の再構築、トレーニングの立案、コーチングの実践の改善が必要であると言える。

得点に至ったボールの軌跡から、得点となったシュートを打っている位置は、過去の国際サッカー連盟（：FIFA）ワールドカップの得点の傾向<sup>10)</sup>と同じような結果が得られた。2010FIFAワールドカップのテクニカルレポートの報告によると、全得点の21.38%がゴールエリア内からの

シュート、54.48%がペナルティエリア内からのシュート、17.93%がペナルティエリア外からのシュートであった。得点となる傾向のシュートのエリアとしては、ペナルティエリア内、ゴールエリア内からのシュートが全体の75%を占めている。T大学において、得点になったシュートは、ペナルティエリア内、ゴールエリア内からのシュートの割合が高くなっている。しかし、ペナルティエリア外からのシュートからの得点が少なく、ペナルティエリア外からのシュートからの得点を取れるようにすることがさらなる得点力の向上につながると考えられる。

スピーディーな攻撃をすることをチーム戦術としてコーチングを行った。そのメリットとして、相手がゴール前へ戻る前にシュートを打つ機会を創りやすいこと、また相手がバランスを整える前にシュートを打つ機会を創りやすいことが挙げられる。有効な攻撃は攻撃の起点を中心にした部分からやその周辺から、多くの選手が攻撃方向に動き出していると報告されている<sup>6,7)</sup>。これらをより効果的に機能させるためには、ボールを動かすために選手も得点となりやすいゴール前のスペースへ積極的に動きだすことをさらに習慣づける必要があると言える。またデメリットとして、ボールを速く動かすために移動スピードも速くなり、その状態でのボール操作は難易度が高くなるため、ボールをチームで保持できなくなる回数が多いことが挙げられる。チーム戦術は、グループ戦術、個人戦術、個人スキルで構成されているため、個々人のボール操作のレベルも考慮し、攻撃のスピードをコントロールすることが重要であると考えられる。攻撃のスピードをあげるには、個人ではボールを保持してから離す時間を少なくしパスをすることやボールを足下に止めずにボールを動かしドリブルすることが基となる。またチーム、グループでは、ボールを動かすリズムを考えながら、プレイを選択することが求められる。短いパスを続けたら、長いパスを送ったり、横へのパスが続いたら、縦へのパスを送ったりすることで、ボールの動きに緩急をつけることが必要であろう。また、ゴール前へボールを運ぶ方法を中央突破のみではなく、サイドからの攻撃ができるようにな

ることで、多彩な攻撃を創りだすことができると言える。体力からの観点から、スピーディーな攻撃でハイスピードでの移動が余儀なくされてしまった傾向になるため、エネルギーの枯渇による持久力の低下が著しくなったことも否めなかった。この改善には、攻撃のスピードをコントロールするとともに、間欠的な走力の向上が不可欠であることが明らかになった。

コーチング実践より、攻撃のチーム戦術におけるコーチングポイントは、いつチームとして攻撃のスピードを上げるか、いつスピードを落とし、ボールを保持し、スピードを上げる隙を見つけ、そのタイミングを図るために攻撃のスピードのコントロールをできるようにすること、リスクを負ったプレイとセフティなプレイとの使い分けをさせて、積極的に攻撃へ関わらせること、効率のよい意図的な攻撃を創りだすピクチャーを共有することの3点が挙げられ、本研究におけるコーチングの改善点が示唆された。

#### 参考・引用文献

- 1) 内山治樹 (2007) スポーツにおける戦術研究のための方法叙説, 体育学研究, 52, p. 133-147.
- 2) 瀧弘之 (2002) サッカー指導者のためのチーム作りの一貫指導教程の構築に関する一考察—鹿島アントラーズ, ジョアン・カルロス監督のチーム作り—, 中京大学体育学論叢, 43-2, p. 19-25.
- 3) 瀧弘之 (1996) サッカー指導者のためのチーム作りの一貫教育の指導概念の統一に関する一考察—グランパス・ベンゲル監督のチーム作り—に重ねて—, 中京大学体育学論叢, 38-1, p. 67-78.
- 4) 松本光弘・鈴木健太郎 (2001) サッカーの攻撃における3人のコンビネーションプレイの指導法の開発—第3の動きのプレーパターンについて—, 筑波大学体育科学系紀要, 24, p. 139-154.
- 5) 松本光弘・上田丈晴 (2002) サッカーの攻撃におけるスペースを作る動き, スペースを使う動きの指導法に関する研究, 筑波大学体育科学系紀要, 25, p. 67-78.
- 6) 吉村雅文・野川春夫・久保田洋一・末永尚 (2002) サッカーにおける攻撃の戦術について—突破の選手, フォローの選手, バランスの選手の動きについて—, 順天堂大学スポーツ健康科学研究, 6, p. 137-144.
- 7) 吉村雅文 (2003) サッカーにおける攻撃の戦術について—有効な攻撃のためのトレーニング—, 順天堂大学スポーツ健康科学研究, 7, p. 48-61.
- 8) 財団法人日本サッカー協会 (2010) U-12 指導指針 2010, 財団法人日本サッカー協会, p. 56-91.
- 9) 瀧井敏郎 (1995) ワールドサッカーの戦術, ベースボール・マガジン社, p. 29-45.
- 10) 国際サッカー連盟 (2010) 2010 FIFA World Cup South AfricaTM Technical Report and Statistics, [http://www.fifa.com/mm/document/affederation/technicaldevp/01/29/30/95/report-2010\\_web.pdf](http://www.fifa.com/mm/document/affederation/technicaldevp/01/29/30/95/report-2010_web.pdf) (オンライン資料), p. 178.