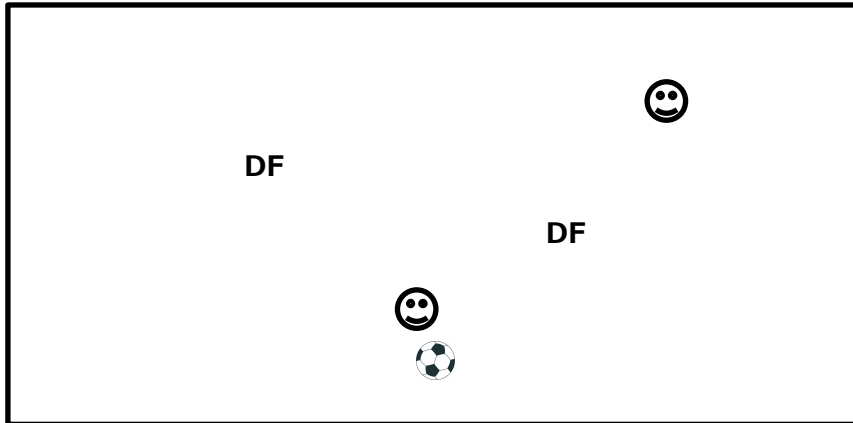
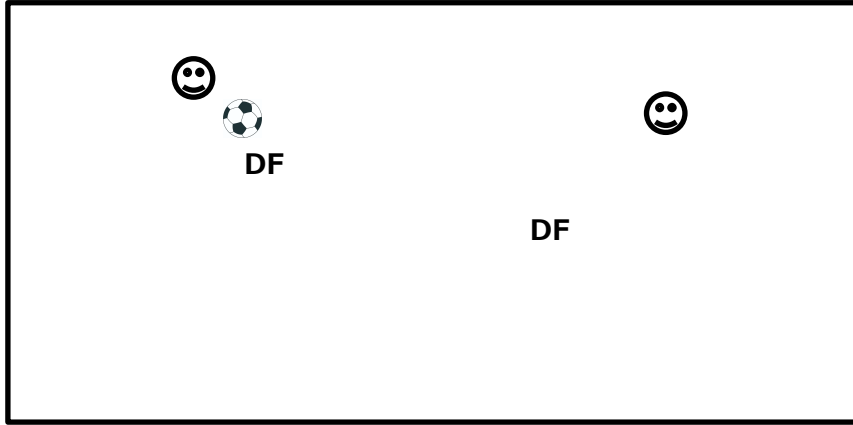


今月のテーマは「突破」です。

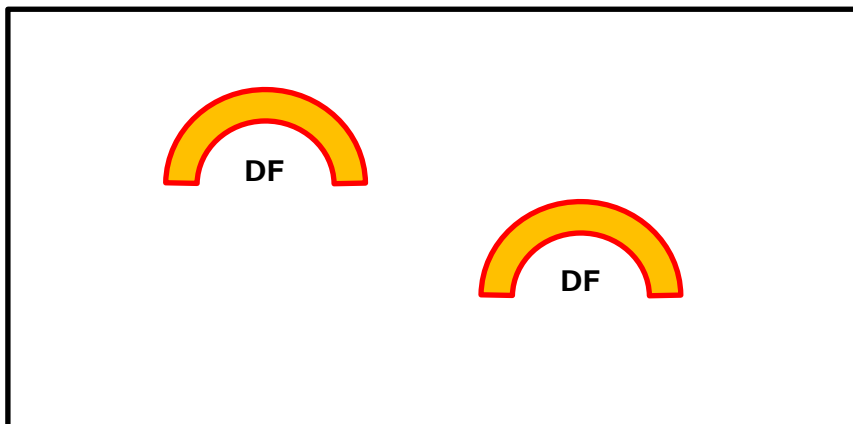
『突破』とは『DFの背後にボールを運んだ状態』です。

図1

攻撃方向



守備が守れる範囲はせいぜいこのくらいです。
※だいたい両手を広げた長さの範囲内は足が届きます



⚽【『突破』をするとどんな良いことがあるのか？】

意図を知らない子が多いですが、サッカーの本質的なこと＝目的に当てはめると答えは明確になります。

サッカーの目的は…

攻撃の場合：ゴールを決める、シュートチャンスを作成する、ゴール付近までボールを侵入させる

守備の場合：ゴールを決めさせない、得点チャンスを未然に防ぐ、ゴール付近までボールを侵入させないとなります。

すべての共通点、それは『ゴール』です！

ということはDFは邪魔になります。いわばDFは「罠」です。

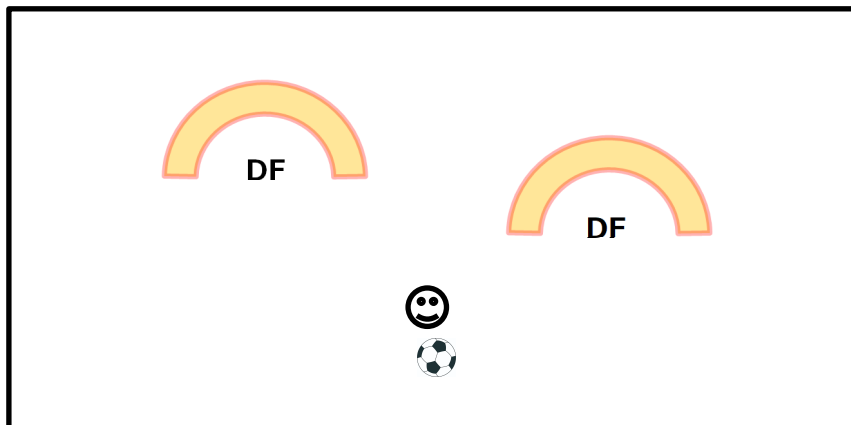
わざわざ罠のある方からボールを運ぶことは、攻撃の**目的を達成しにくくなります。**

罠のないところ＝DFのないところ＝出口からボールを運びましょう！

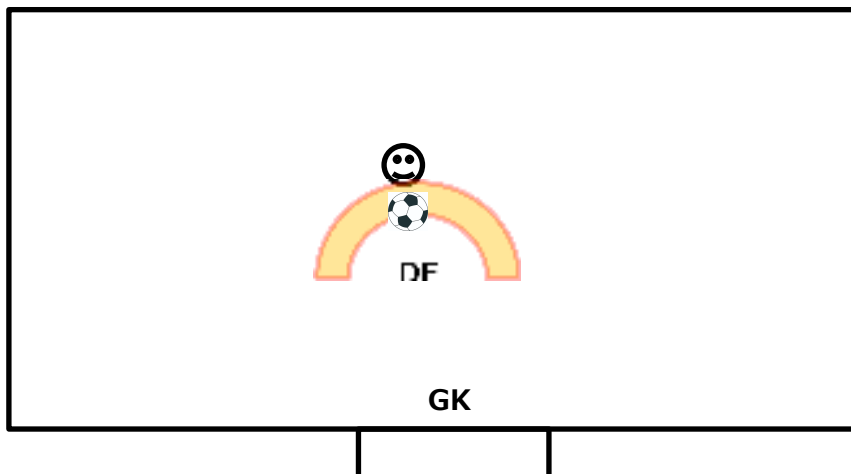


下記の図2の状態（攻撃が突破できた状態）でDFは自身のゴールを守ることが出来ていますか？

図2



ゴールを守るためには、DFはボールの「前」に立っていないとゴールを守ることができません



⚽【突破の方法は3つある】

『DF』の『背後』にボールを運ぶことを『突破』と定義づけました。

①ドリブル突破

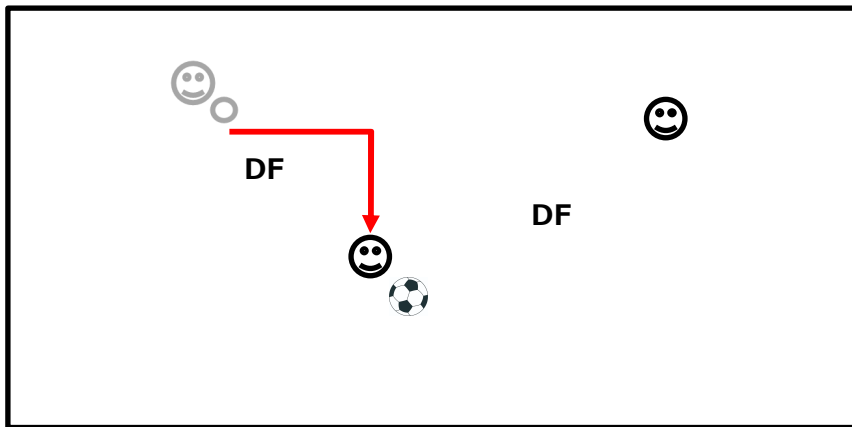
②パス突破

③ファーストタッチでの突破

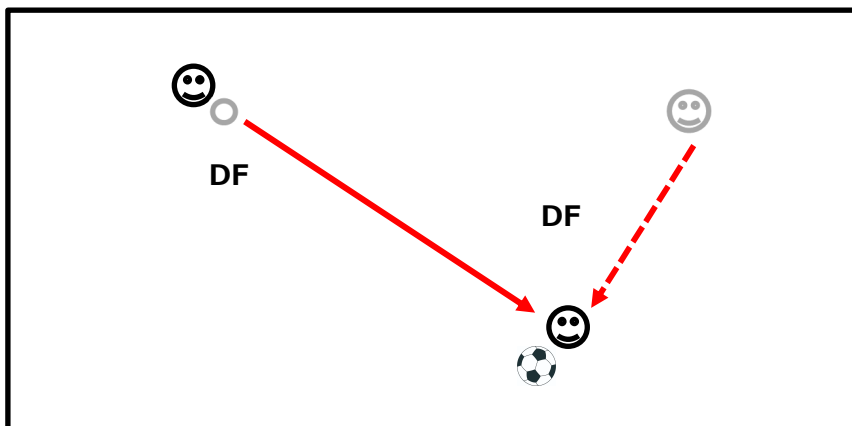
この3つで『突破』は可能になります。

突破の方法は3つもあるのです！

①ドリブル突破



②パス突破

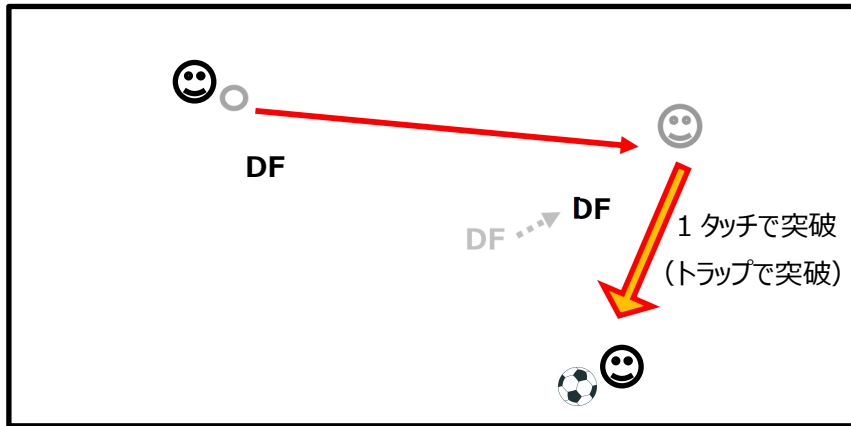


味方がパスを受けたところが『DFの背後』です。

1本のパスでDFの背後にある状態です。

先ほどの①ドリブル突破と、ボールの位置は状況的に同じになるので『突破』の状態と言えます。

③ファーストタッチでの突破



この方法を知らない、思いつかないことが多いのですが、この状況で突破できるということは、DF と直接対決しなくても突破できるので、

私自身はかなり**お得な突破方法**だと思っています。

しかし、この「ファーストタッチでの突破」は以下の準備が必要となります。

①速いパスでないと DF が寄る（移動する）時間ができてしまうため、

ボールを奪われる可能性が高くなる

→速いパスは DF が寄れない反面、ボールコントロールが難しい

②前方の状況を把握しておかないといけない

→ボールをトラップしてから前方確認をすると、DF が寄る時間ができてしまう

このように**「状況判断」と「技術」**は切り取ることはできません！

「状況判断」も「技術」も、一緒にトレーニングしていきましょう！

⚽【まとめ】

今月のテーマは「突破」です。

●『突破』とは『DFの背後にボールを運んだ状態』です。

●『突破』をするとどんな良いことがあるのか？

- ・DFの背後に「ゴール」という目的地があります →そこにボールを運ぶと、サッカーの目的（ゴール）に向かうことができます
- ・わざわざ罠のある場所からボールを運ばなくても突破できる場所 = 出口から運べば良いのです

●突破の方法は3つ。

- ①ドリブル突破 ②パス突破 ③ファーストタッチでの突破

どれか一つではなく、状況に合わせ、最善の方法を見逃さないようにする。

1.DFの守れていない場所へ（認知）

2.どの突破方法が良いのか決める。（判断）

3.その後、そのプレーが成功 or 失敗する。（実行）

プレーをする順番は

（認知） → （判断） → （実行）

を心がけて、突破できるタイミング・チャンスを逃さないようにプレーしていきましょう！

※テキストの内容の無断使用・転用・転載は固く禁止させていただいております