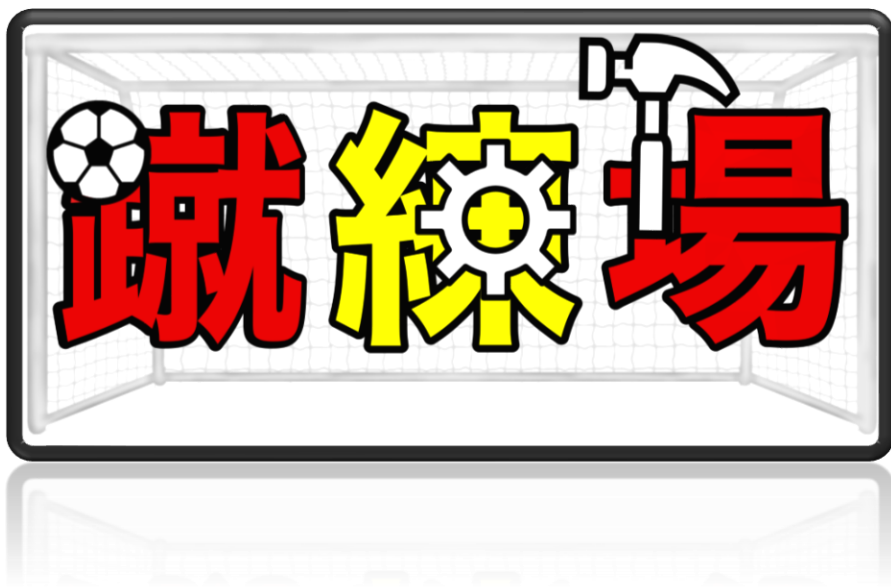




【選手伝達用】

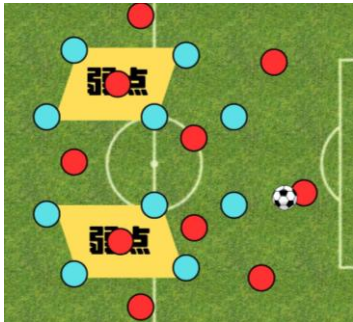
4-4-2プレス の攻略法

<4-4-2プレスの攻略法①>

★ 合言葉

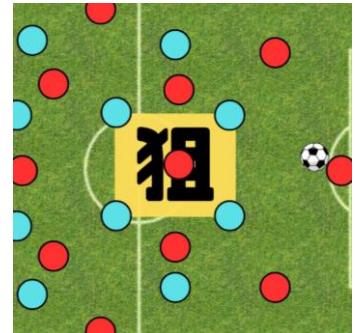
3CBによる中盤ボトムを利用したビルドアップ。

4-4-2プレスの弱点



A: 中盤ボトムのスペース(右図黄色のボックス)。

B: ハーフスペース(左図黄色のボックス)



4-4-2プレスの強点

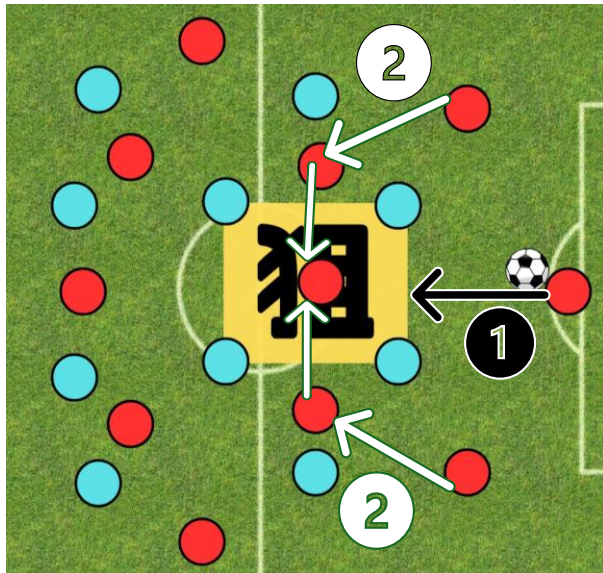
・サイドへのスライド

■ サイド攻撃に固執するとプレスを受けやすい

＜4-4-2プレスの攻略法②＞

キーパー 含めた ビルドアップ

- ・ビルドアップ初期(ゴールキック直後やキーパーへのバックパス後)に使用。
- ・弱点A(中盤ボトム)を狙う。



目標

- ②CBから直接、またはMFを経由して中盤ボトム(黄色)につける。

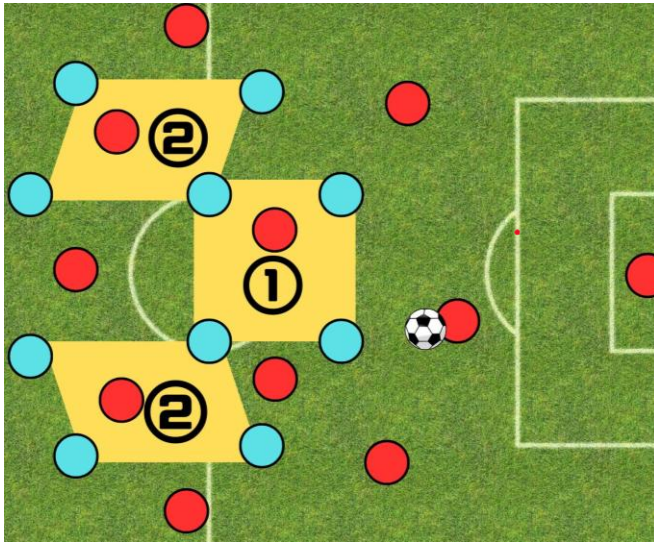
 **理由**

- ・中盤ボトム(黄色)が、前進するためのパスコースが一番多いから。
- ・中盤ボトムに出すことで、相手CMF、DMFが食いつき、前線の選手にスペースを与えられるから。

<4-4-2プレスの攻略法③>

キーパー
含めない
ビルドアップ

- ・ビルドアップ中、後期(キーパーが参加するとリスクが高いとき)に使用。
- ・弱点B(ハーフスペース)を狙う。



🎯 目標

①中盤ボトム(①)につける。

②ハーフスペース(②)に直接、またはCFを経由してつける。

👥 理由

・ハーフスペースに渡れば、サイド、CFへのパスコースを持ちながら前進し、ドリブル、シュートの選択肢まで持てる。

・①につけるのは、相手MFをつり出し、②やCFに渡りやすくするため。