

# **サッカー用語集**

**( 1 9 9 8 年指導強化方針より )**

重要な用語 ( 16 )	5
アイコンタクト ( Eye - Contact )	5
アジリティ ( Agility )	5
オフ・ザ・ボール ( Off the ball )	5
ギャップ ( Gap )	6
サード・オブ・ザ・ピッチ ( thirds of the pitch )	6
ダイレクトプレー	7
ターン ( Turn )	7
チェック ( Checking, Checking run )	8
プル・アウェイ ( Pull Away )	8
ボディシェイプ ( Body shape )	9
ボールウォッチング ( Ball-watching )	9
ボールコントロール ( Ball controlling )	10
マノン ( Man on )	10
ワンタッチ ( One touch )	11
第三の動き ( Third man combination )	12
ラン・ウィズ・ザ・ボール ( Run with the ball )	13
その他の用語 ( 61 )	14
アーリークロス ( Early Cross )	14
アウトスウィング ( Out swing )	14
アンティシペーション ( Anticipation )	14
インスウィング ( In swing )	14
インプロピゼーション ( Improvisation )	14
ウィング ( Wing or Winger )	14
ウェッジコントロール ( Wedge control )	14
オーバー ( Over )	14
オーバーラップ ( Over run )	15
オフサイドトラップ ( Offside trap )	15
カウンターアタック ( Counterattack )	15
カバー ( Cover or Covering )	15
キーパー ( Keeper )	15
くさび ( Forward pass to feet )	15
クッションコントロール ( Cushion Control )	15
クリアー ( Clear or clearance )	15
クロス ( Cross or Crossing )	15
クロスオーバー ( Cross-over )	16

ゲームフリーズ ( Game freezing ) .....	16
ゴールサイド ( Goal side ) .....	16
コンパクト ( Compactness ) .....	16
ジョッキー ( Jokeying ) .....	16
スイーパー ( Sweeper ) .....	16
スイッチ ( Switch ) .....	16
スクイズ ( Squeeze ) .....	16
スクウェアパス ( Square pass ) .....	17
スクリーン ( Screening ) .....	17
スプレッド ( Spread ) .....	17
スライディングタックル ( Sliding tackle ) .....	17
スルーパス ( Through pass or Killer pass ) .....	17
スワープキック ( Swerve Kick ) .....	17
ゾーンディフェンス ( Zonal Defence ) .....	17
ダイアゴナルラン ( diagonal runs ) .....	17
ダイビング ( Diving ) .....	17
チップ ( Chipping ) .....	17
ディー ( D ) .....	18
ディシプリン ( Discipline ) .....	18
ディフレクティング ( Deflecting ) .....	18
ディレイ ( Delay ) .....	18
デコイ ( Decoy ) .....	18
トライアングル ( Triangle ) .....	18
トラップ ( Trapping ) .....	18
ドリブル ( Dribbling ) .....	18
ドリブンパス ( Driven pass ) .....	19
バイタルエリア ( Vital area ) .....	19
ファンクショナル・トレーニング ( Functional training ) .....	19
フィスティング ( Fisting ) .....	19
フェイント ( Feinting ) .....	19
フォアチェック ( For-checking ) .....	19
フリック ( Flick or Flicking ) .....	19
プルバック ( Pull-back ) .....	19
ポストプレー ( Post play ) .....	19
ホスピタルパス ( Hospital pass ) .....	20
ボランチ ( Vorante ) .....	20

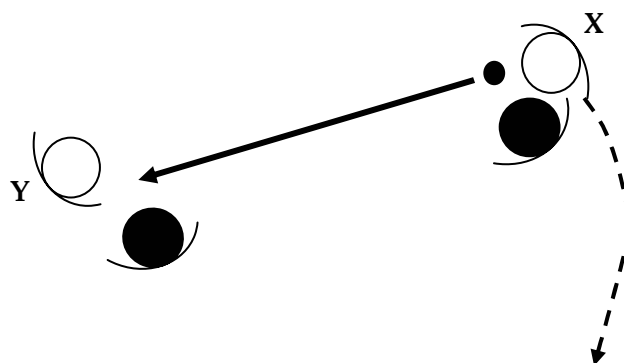
マーク (Marking) .....	20
ラインディフェンス (Line Defence) .....	20
リトリート (Retreating Defence) .....	20
リバースパス (Reverse pass) .....	20
リベロ (Liberò) .....	20
ロブ (ロビング) (lob or lobbing).....	20
ワンツー (One two or Wall pass) .....	20

## 重要な用語（16）

### アイコンタクト（Eye - Contact）

目と目の合図で意思の疎通を図ること。パスの出すタイミングをとる時に非常に重要となる。

パスの受け手（Y）は、Xがボールをコントロールして、顔を上げた時にアイコンタクトを図り、両者の意思を疎通させる。



### アジリティ（Agility）

バランス、巧緻性、スピードなどを含む体力要素の一つで、瞬発力とともに細かな方向変化を含む素早い動きをこなす能力のこと。<日本の選手の課題として取り上げられており、特に1対1におけるディフェンスの対応時に要求される。

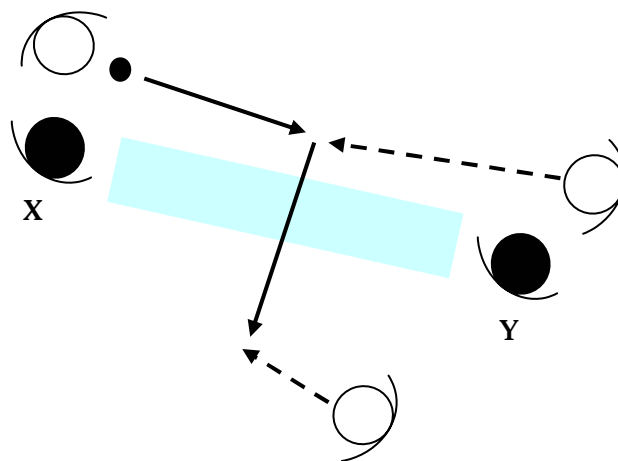
### オフ・ザ・ボール（Off the ball）

ボールを持っていない状態のこと。サッカーでは、オフ・ザ・ボールの動きが、さまざまな局面での勝負の重要なファクターとなる。攻撃時には、サポートの動きなどが代表的なもので、守備時にはアプローチ、チャレンジ、カバーリングなどディフェンスの原則に即した動きが全般を指す。

## ギャップ (Gap)

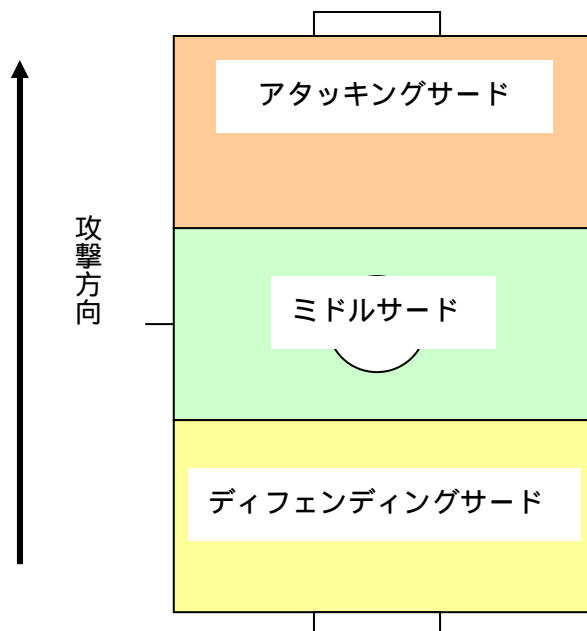
ディフェンダーとディフェンダーとの間にできる隙間。パスの出し手と受け手の動き及びタイミングが重要なファクターとなる。

二人のディフェンダーの間を通すパスを要求する時に「ギャップ!」と声を出す。(守備者 X と Y の間に注目)



## サード・オブ・ザ・ピッチ (thirds of the pitch)

ピッチとはコートの意味で、コートを3分割したゾーンのことをいう。戦術を考えたときに、ディフェンディングサード・ミドルサード・アタッキングサードに分けて考えることが多い。



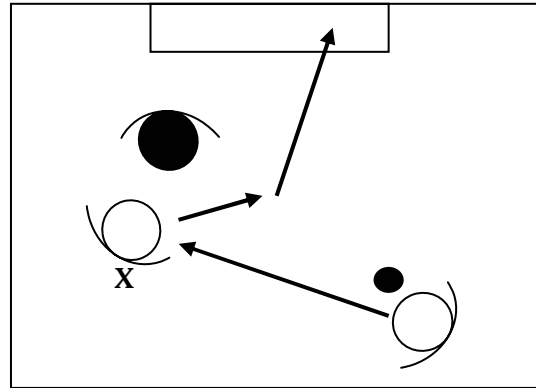
## ダイレクトプレー

よけいな回り道をしないで、できるだけシンプルに、フィニッシュから逆算してプレーを組み立てていく考え方。

プレーのプライオリティ（優先順位）が非常に重要視される。ポゼッションプレーはこの反対。

### 【事例】

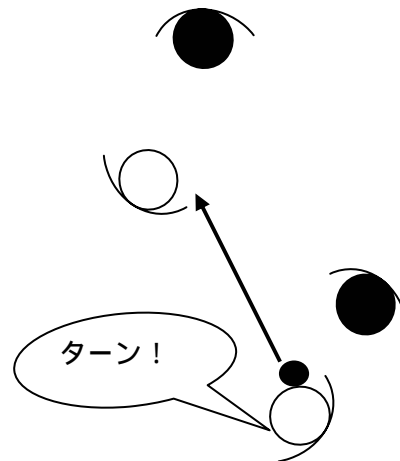
Xは、ワンタッチで空いているスペースにコントロールして、ゴールを狙う。



## ターン (Turn)

後方から来たボールを受ける際に「フリーだからファースト・タッチで前を向け！」の意味を表す言葉。パスの出し手や周囲の味方が声をかける。

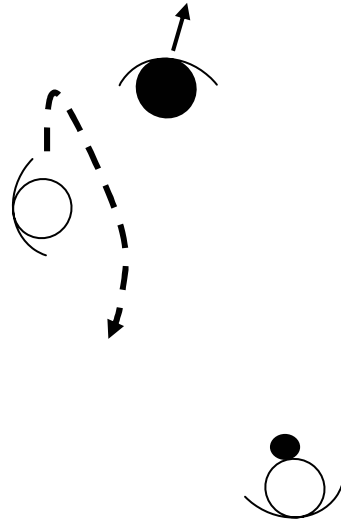
パスの受け手は  
ファースト・タ  
ッチで攻撃方向  
への視野を確保  
する



## チェック (Checking, Checking run)

ある方向に動き出そうとする前に、一旦逆方向へ2～3歩ダッシュしてから急に方向を変えてダッシュする動き。ボールを受けるときに重要となる。

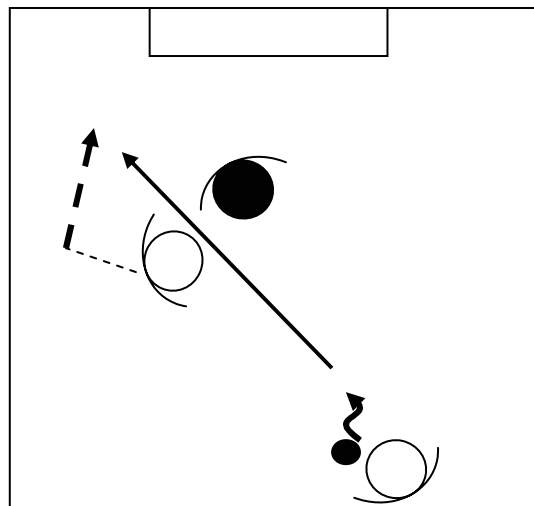
スピードの変化(緩急)  
つけること。  
身体の向きも大切



## プル・アウェイ (Pull Away)

ディフェンダーの視野から消える動きのことで、オフ・ザ・ボールの駆け引きの重要な手段の一つ。

矢印の方向へ動き、自分をマークしている守備者の視野から消える。

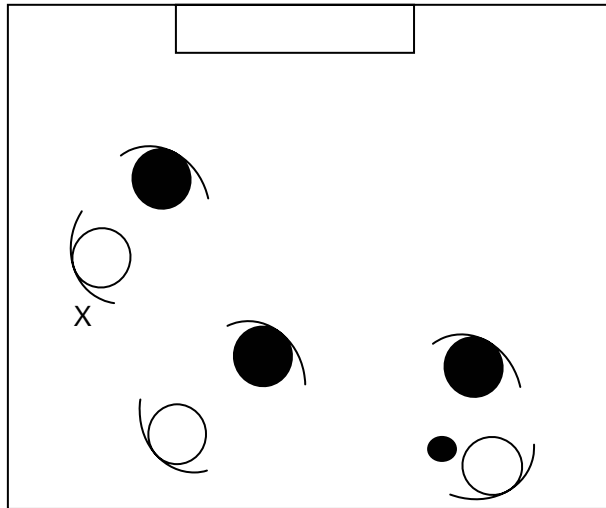




## ボディシェイプ (Body shape)

身体の向きと姿勢を合わせた概念。クリエイティブなプレーのためには、ボールを持っている時、持っていない時に関わらず、常に良いボディシェイプで視野を確保することが重要。

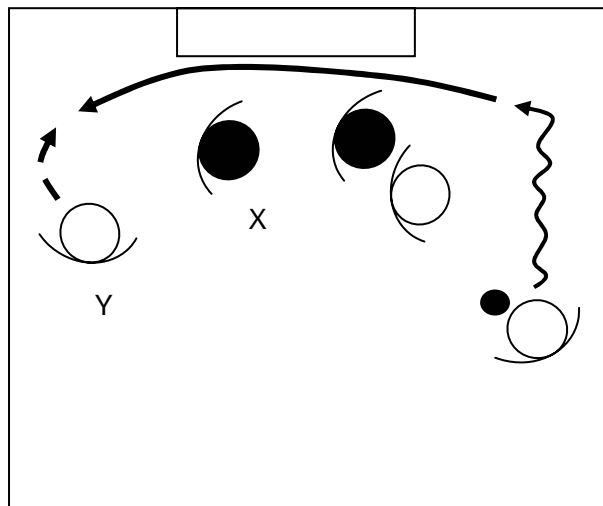
ボールを持っていない時 (X) も、攻撃方向とボール両方の視野を確保する。



## ボールウォッチング (Ball-watching)

ディフェンスでしばしば見られるミス。身体の向きが悪く、ボールを注視するあまり、スペースに走り込んでくる相手選手を把握できないこと。

守備者 (X) は、ボール方向ばかり見ているために、自分がマークすべき攻撃者 (Y) の動きを見ていない。



## ボールコントロール (Ball controlling)

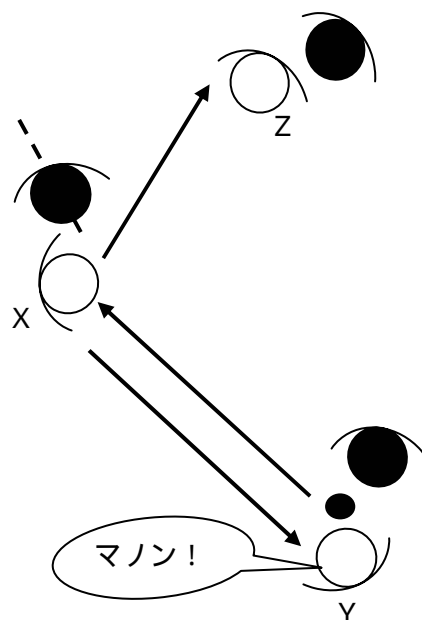
飛んできたボールを次にプレーしやすいところにコントロールする技術のことで、ウェッジコントロールやクッションコントロールなどがある。

## マノン (Man on)

「相手が来てるぞ、ボールを奪われるな!」といった意味を一言で表す言葉で、もっとも重要なかけ声の一つ。ボールをキープしている時などに、その選手が見えない方向から相手がチャレンジして来た時などに、味方選手がかけてあげる。

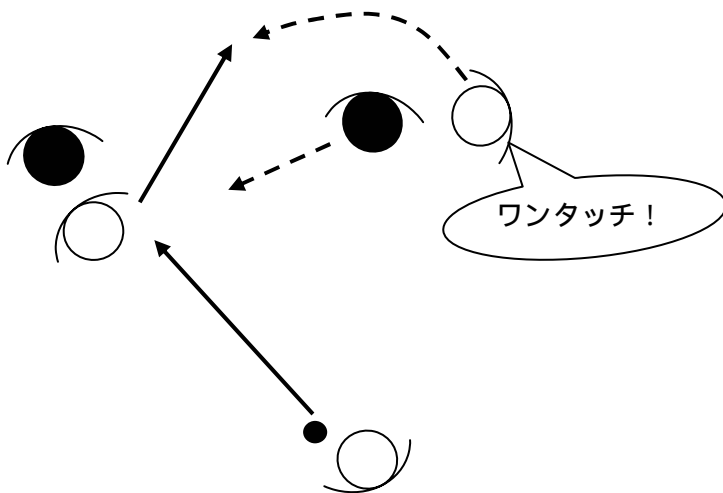
また、ボールをキープしている時、背後からボールを奪いに来た場合などが多いパターン。

パスの出し手に戻すのか、ターンしてZに出すのかは、パスの受け手(X)が判断をする。



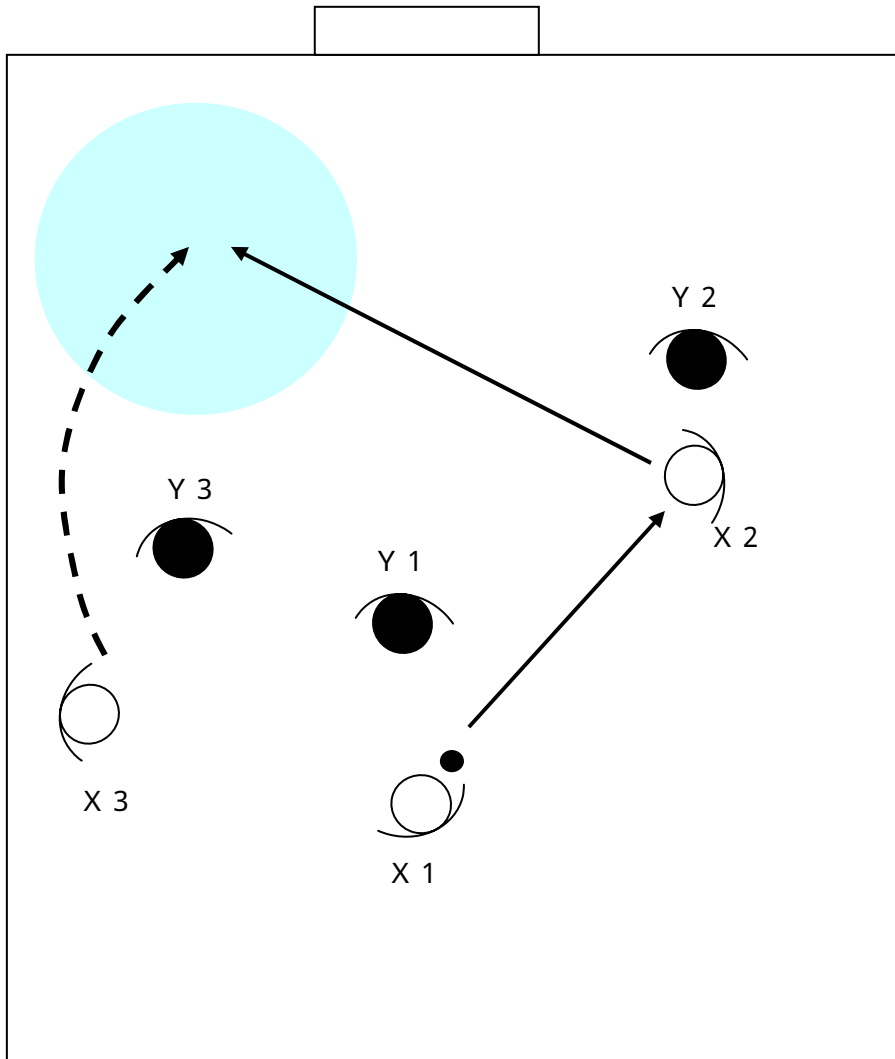
## ワンタッチ (One touch)

ボールを止めることなしに、ファーストタッチでパス、シュートなどを行うこと。したがって、ボールが来る前に周辺の状況を把握しておくことが重要。または、そのようなパスを要求する時に味方がかける声



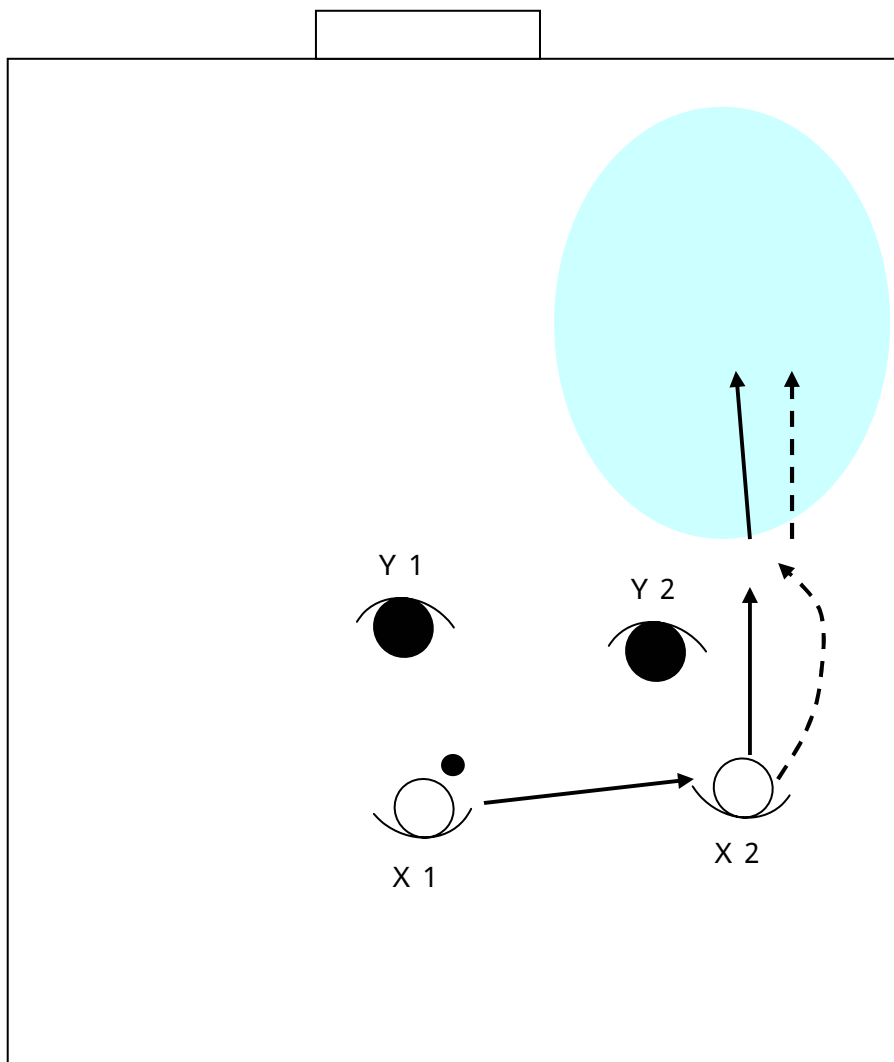
### 第三の動き (Third man combination)

( X 1 ) から ( X 2 ) の選手にパスが出る時、( X 3 ) は ( X 1 ) から直接受けるためではなく、( X 2 ) に渡ってからパスを受けるために、( X 2 ) がパスを受けるよりも前にすでに動きを開始し、より有利なポジションでボールを受けようとする動き。現代のサッカーにおいて非常に重要な動きで、アンティシペーションが要求される。



## ラン・ウィズ・ザ・ボール (Run with the ball)

ボールを持って移動する技術。相手を突破するドリブルに対して、オープンスペースへ進入する際に用いる。



( X 2 ) は数少ないタッチで、効率よくボールを運ぶことが重要

## その他の用語（ 6 1 ）

### アーリークロス（Early Cross）

クロス的一种。相手ディフェンダーが戻りきらないうちに、ディフェンスラインとゴールキーパーの間を狙って、浅い位置から早めに入れるクロスのこと。

### アウトスウィング（Out swing）

ゴールから遠ざかる方向にスワープするキックのこと。コーナーキックの場合は、アウトスウィングコーナーと呼ぶ。

### アンティシペーション（Anticipation）

「予測」、「読み」のことで、サッカーでもっとも大切な能力の一つ。

### インスウィング（In swing）

ゴールに近づく方向にスワープするキックのこと。コーナーキックの場合は、インスウィングコーナーと呼ぶ。

### インプロビゼーション（Improvisation）

即効性、あるいは瞬間的な「ひらめき」のこと。「基本」と相反する言葉に思われがちだが、オフ・ザ・ボールにおける視野の確保などといった「基本」できていればこそ現れるものである。

### ウィング（Wing or Winger）

ピッチを縦にわけた時のタッチライン寄りの地域のこと。あるいはその地域でプレーする攻撃選手のこと。世界では、フランクの方が広く用いられている。

### ウェッジコントロール（Wedge control）

ボールコントロールの一種。足首と地面の間にある角度をつくって、ボールコントロールする技術のこと。

### オーバー（Over）

「ボールに触らないで次の動きをしろ！」という意味を表す言葉。自分の後方にパスを受ける味方の選手がいる場合や、縦パスを受ける際に前方（攻撃方法）にスペースがあり、トラップの必要がない場合などに味方が掛ける言葉。

### **オーバーラップ(Over run.)**

ボールの後方から、ボールを持っている選手の背後をってその選手を通り越し、前方のスペースへと飛び出す動き。動く方向が重なることからつけられた。動く方向が逆の場合はクロスオーバー。

### **オフサイドトラップ (Offside trap)**

ディフェンス側が最終バックラインを操作することによって、相手プレーヤーを意図的にオフサイドにさせるようにする守備の戦術。

### **カウンターアタック (Counterattack)**

相手の守備態勢が整っていないうちに素早くしかける攻撃

### **カバー (Cover or Covering)**

味方のディフェンダーが攻撃者に突破された時に、他のディフェンダーがすぐ守りに行くこと。あるいは、すぐ守りに行けるポジションをとっていること。

### **キーパー (Keeper)**

“Keeper’sball”の略で、G Kが「自分のボールだから、触るな」とうときに叫ぶ。“OK”というのは意味が不明確となるので、避けるべきである。DFに任せる時は「クリアー！」となる。

### **くさび (Forward pass to feet)**

前方にいる選手(主としてトップ)の足元への縦パス。ポストプレーなどで重要となる。

### **クッションコントロール (Cushion Control)**

ボールコントロールの一種。接触面を引くことによってボールの勢いを殺し、ボールをコントロールする技術。

### **クリアー (Clear or clearance)**

敵の攻撃から逃れるためにキックやヘディングなどで、ボールをできるだけゴールから遠ざけるようにすること。

### **クロス (Cross or Crossing)**

ウィングサイドからゴール前の地域へ出すパス。センタリングと同義語であるが、国際的にはクロスが多く用いられている。

### **クロスオーバー (Cross-over)**

二人の選手が互いに逆方向に走りながら交差する動き。一方がドリブルしながら他方へボールの受け渡しを行う場合や、ボールなしで相手のマークを振り切るために行う場合がある。

### **ゲームフリーズ (Game freezing)**

ゲームを行わせながら、問題点があればゲームをストップさせるコーチングを行う指導法。その時のピクチャー（現象）をピッチ上に作るためには、ゲームを止めた瞬間の全員の位置を保つことが大切なのでこう呼ばれている。

### **ゴールサイド (Goal side)**

ボールよりも自分のゴール寄り、すなわちディフェンスに入れるポジション。

### **コンパクト (Compactness)**

ディフェンスの時にプレッシャーとカバーリングを効率よく行えるように、前線から最終ラインまでの幅を狭くして行う守備のこと。あるいはそのような状態のこと。

### **ジョッキー (Jockeying)**

馬を操るように、ボールを持っている選手に対して、ある方向に追い込むようにプレッシャーをかけていくディフェンス方法。

### **スイーパー (Sweeper)**

ディフェンス陣の後方に位置し特定のマークを持たない守備選手。ディフェンスラインの裏に出てくるボールを掃除 (Sweep) することからついた名。

### **スイッチ (Switch)**

攻撃の方向を変えること。

二人の選手が互いに逆方向に交差（クロスオーバー）しながらボールを受け渡すこと。

### **スクイズ (Squeeze)**

間合いを詰め、相手によりプレッシャーをかけていくこと。



### **スクウェアパス (Square pass)**

フィールドを横切るパス (横パス) のこと。主として攻撃のセットアップに用いられる。

### **スクリーン (Screening)**

ボールと相手との間に自分の身体を入れて、ボールを奪われないようにする技術。シールドイング (Shielding) とも言う。

### **スプレッド (Spread)**

広がること。

### **スライディングタックル (Sliding tackle)**

守備の時、身体を投げ出して相手のボールを奪おうとする技術。

### **スルーパス (Through pass or Killer pass)**

ディフェンダーの間を通してディフェンスラインの裏側へ通り抜ける味方へ通すパスのこと。ペネトレイトパス、キラーパスとも言う。

### **スワープキック (Swerve Kick)**

ボールに回転をかけて、曲げるキックのこと。

### **ゾーンディフェンス (Zonal Defence)**

特定の攻撃者をマークするのではなく、マークの受け渡しをしながら、ディフェンダー間の相対的な地域分担をもって守備を行う戦術。

### **ダイアゴナルラン (diagonal runs)**

ピッチの中央からサイドあるいはその逆に斜めに走る (横切る) 動き。スペースをつくる (creating space)、スペースを利用する (exploiting space) ために重要となる。

### **ダイビング (Diving)**

ゴールキーパーがキャッチやディフレクトのために横に跳んでゴールを守る技術。

### **チップ (Chipping)**

ボールの下側を蹴り、ボールに逆回転をかけて高く蹴り上げる技術。ロビン

グのパス・シュートに時によく用いられる。

### **ディー (D)**

ペナルティ・アークの通称。ルール上ではPKの時にしか意味を持たないが、攻守にわたって“D”付近のエリアというのは重要な意味を持ち、この簡易な言い方が用いられる。

### **ディシプリン (Discipline)**

チームとしての「共通理解」あるいは「約束事」のこと。チームに意見を持たせ、意図のあるサッカーを行うための重要なファクターとなる。生活面での規律の意味にも用いられる。

### **ディフレクティング (Deflecting)**

ボールが何かに当たってコースを変えることだが、通常はゴールキーパーが手のひらを用いてシュートのコースを変えゴールを守る技術に使われる。

### **ディレイ (Delay)**

守備の戦術の一つで、相手の攻撃を遅らせること。

### **デコイ (Decoy)**

元々の意味は、狩猟の時に用いるおとりの模型。サッカーではディフェンダーを引きつけるための「おとりの動き」のことを指す。

### **トライアングル (Triangle)**

ボールを持っている選手を中心に三角形を保ち、サポートできる体制を作ろうとする動き。

### **トラップ (Trapping)**

ボールを次のプレーがしやすいところに、コントロールする技術。元々はウェッジコントロールの意味(ボールに罠をかける)であったが、今では広くボールを受ける技術に用いられている。

### **ドリブル (Dribbling)**

突破などの時に見られる。ボールをプレイングディスタンス内において運ぶ技術のこと。突破を伴わずスペースに走りこむための「ラン・ウィズ・ザ・ボール」と区別して用いられる。

### **ドリブンパス (Driven pass)**

スピードのある低い弾道の中～長距離のパス。逆にフワッとした浮き球のパスは、ロフティド・パス (lofted pass) と呼ばれる。

### **バイタルエリア (Vital area)**

“D”付近のエリアのことで、攻守において非常に大きな意味を持つエリア。

### **ファンクショナル・トレーニング (Functional training)**

特定のポジションに必要な技術を、そのポジションの選手に対して行う専門性の強いトレーニング。

### **フィスティング (Fisting)**

ゴールキーパーがこぶしを使ってボールを大きくはじき返す技術。パンチングともいう。

### **フェイント (Feinting)**

プレーの意図を悟られないようにするための擬似動作のこと。ドリブル突破の時などによく用いられる。

### **フォアチェック (For-checking)**

ボールを奪われたら前線から積極的にプレッシャーをかけ、相手のスペースをなくし、できるだけ相手ゴールの近いところでボールを奪い、攻撃につなげようとする守備戦術。反対の言葉は、リトリート (Retreat)

### **フリック (Flick or Flicking)**

ボールを少しかすらせ、ボールを後方へ送る技術。コーナーキックの時などのヘディング (Flick Header) で重要な役割を果たす。

### **プルバック (Pull-back)**

クロス的一种。ゴール近くまで切れ込んでから後方へ戻すクロス。

### **ポストプレー (Post play)**

攻撃の時、前線にいるトップの選手 (ターゲットマン) にボールを当てて、そこからさらに攻撃を組み立てていく方法。

### **ホスピタルパス (Hospital pass)**

パスを受ける味方選手を負傷させてしまうような、スピードの遅い、不用意なパス。パススピードの重要性が当たり前の国には、選手同士でこのような言葉が存在している。

### **ボランチ (Vorante)**

ポルトガル語で、「舵取り、ハンドル」の意味。ディフェンシブハーフを示す。

### **マーク (Marking)**

相手プレーヤーをポジションに合わせてポジションをとり、ボールを奪うための体勢をつくること。

### **ラインディフェンス (Line Defence)**

スウィーパーを置かず、ディフェンダーが相互にチャレンジとカバーとの関係を保ちながら行うゾーン・ディフェンス。通常は4人のDFで行われるのでフラットバックフォーとも呼ばれる。

### **リトリート (Retreating Defence)**

ボールを奪われたらチーム全員が自陣あたりまで下がり、そこからディフェンスを開始する守備戦術。フォアチェックの反対。

### **リバースパス (Reverse pass)**

ある方向にドリブルし、それによって逆方向にできたスペースに出すパス。

### **リベロ (Libero)**

最終ラインのディフェンスを役目とするスウィーパーに対し、攻撃時には積極的に参加し、後方からゲームを組み立てていく選手に対してつけられた名。

### **ロブ (ロビング) (lob or lobbing)**

相手の頭上を超して味方にパスしたり、シュートしたりする技術。キックとしてはロフティド・キックが用いられる。

### **ワンツー (One two or Wall pass)**

二人の間のパスによる突破の手段。パスを出す選手はパスとともに前方へ走り、受けた選手は壁の役割をしてリターンパスを行うもの。Wall pass、Double

pass、Give and Go などとも呼ばれる。