

NFL PRO TACTICAL BREAKDOWN & ANALYSIS

NFL を席巻するモダンブロッキングスキーム

C ギャップ・インサート & フォールドブロックの進化と全 14 プレイ完全分析
— なぜ凝縮 WR とタイトエンドの幾何学的レバレッジが守備のルールを崩壊させたのか —

Source: The Blocking Scheme TAKING OVER The League | NFL Pro Analysis

タイトエンドと凝縮 WR の活用が「C ギャップの攻防」を制し、現代 NFL 守備の計算を破壊した

01. 幾何学的レバレッジの奪取 角度と速度の優位性

従来の OL による直進ブロックでは、素早く前進（クラッシュ）してくるニッケル CB や EDGE に対応しきれなかった。

凝縮アライメントの WR やオフボール TE を C ギャップに直角・斜角で進入させることで、相手の勢いを利用した確実なシールを実現した。

02. ブロック・コンバージョン スラント守備への自動適応

相手 EDGE が内側スラントを仕掛けた際、TE が無理に外へ出さずインサイドへウォッシュダウン。

侵入役の WR は直ちに外側のニッケルへ方向転換（コンバージョン）し、内と外に壁を築いて中央に巨大な走路を切り開く。

03. ラン・パス融合（PA の脅威）

第2・第3線のフリーズと裏取り

C ギャップへの猛烈なインサートブロックは、LB やセーフティ、CB に「即時ラン対応」を強要する。

その前進リアクションを逆手に取り、進入フェイクからフラットやクロスルートへ抜けるプレイアクションで守備の背後を完全に陥落させる。

全 14 プレイ完全分析チャート [前編]：原点確立から Duo フォールド、直上インサートへの進化

No.	年代 / チーム	プレイ種別 / スキーム	キーマン	ブロッキングのメカニズムと守備の反応	結果
1	2017 Rams	ラン (外バウンス) C ギャップ配置の原点	T. ガーリー オン / オフボール TE	オンボール TE が内スラントの DE をウォッシュ。オフ TE と WR が DB へ上がる。守備が密集した外へ展開。	タッチダウン (TD)
2	Rams	Duo ラン フォールドブロック	P. ナクア (WR) A. クローマー (OL コーチ)	TE が EDGE を外へブロックアウト。凝縮 WR (ナクア) が C ギャップへ回り込みニッケル CB を撃破。	ビッグゲイン (1st 獲得)
3	2022 Packers	ミッドゾーン・ラン フォールド × 逆サイドゾーン	AJ・ディロン (RB) 凝縮 WR	WR が C ギャップへ回り込みニッケルをブロック。ニッケルが釣られて空いた B ギャップへカットバック。	ロング TD (独走)
4	Rams	ラン (アジャスト) ブロック・コンバージョン	J. ウィットイントン (WR) K. ウィリアムズ (RB)	EDGE 内スラントに即応。TE が内へ流し、WR は進入をやめ外のニッケルを押し出し中央レーン開創。	1st ダウン 獲得
5	Rams	プレイアクション・パス フォールド見せかけ PA	M. スタッフォード (QB) C. カップ (WR)	カップの C ギャップ侵入に名手 F. ワーナーら LB 陣とニッケルが前進。TE がフラットヘフリーで抜ける。	パス成功 (イージー大ゲイン)
6	Bills	Duo ラン モダン C ギャップ・インサート	K. シャキール (WR) J. クック (RB)	回り込み動作を省き、C ギャップへ事前セット (静止) から直上進入。TE は外へ弾きクックが追従。	好ゲイン (効率的前進)
7	Rams vs PHI	ラン モーション・インサート	C. カップ (WR) K. ウィリアムズ (RB)	モーションで C ギャップ到達と同時にスナップ。強烈な OL ウォッシュとカップのニッケル外シール。	特大ゲイン (レッドゾーン侵入)

全 14 プレイ完全分析チャート [後編]：高度なアジャスト、チーフス流、そして PA への昇華

No.	年代 / チーム	プレイ種別 / スキーム	キーマン	ブロッキングのメカニズムと守備の反応	結果
8	大学 / NFL	ラン (アジャスト) インサート時のコンバージョン	L. バーデン (WR) K. モナンガイ (RB)	モーションインサートに対し EDGE が内スラント。TE が内へウォッシュし WR が外へブロックアウト。	ロング TD (中央突破)
9	2026 Chiefs	ラン チーフス版 C ギャップインサート	R. ライス (WR) K. ウォーカー (RB)	ライスがモーションから進入し T.Hufanga を直撃ブロック。CB Surtain にギャップ埋めを強制。	好ゲイン (1st 獲得)
10	2026 Chiefs	プレイアクション・パス インサート見せかけ PA	R. ライス (WR) S. ガードナー (CB)	前週のランを布石にし、ライスが進入フェイクからクロスへ。ガードナーの裏を突いてフリーに。	30yd 獲得 (ビッグプレイ)
11	チーム展開例	ラン インサート + 逆サイドフォールド	両サイド WR OL ユニット	片側の WR が C ギャップから WLB へ、反対側の WR がフォールドでニッケルへ上がる複合作戦。	ビッグゲイン (守備崩壊)
12	Bills vs NE	ラン (アジャスト) C ギャップ警戒への外バウンス	K. コールマン (WR) J. クック (RB)	相手が C ギャップ封鎖に EDGE スラントと DB を集中させたため、クックが詰まった内を捨て外へバウンス。	1st ダウン 獲得
13	2025 Rams	プレイアクション・パス B ギャップ・インサート変形 PA	P. ナクア (WR) J. ピートリー (S)	T と G の間 (B ギャップ) へのインサートと見せかけ、フラットへ抜けてクラッチパスを通す。	試合決定打 パス成功
14	B. ジョンソン指揮	プレイアクション・パス ダブル・アクション PA	L. バーデン (WR) C. キーナム (QB)	1 人が C ギャップインサート、もう 1 人がフォールドする究極のラン威嚇から背後のクロスへ通す。	パス成功 (ロングゲイン)

クローマー OL コーチの発想が Duo における「ニッケル CB クラッシュ問題」を解消した（プレイ 1～3）

【構造的課題】 従来の Duo とニッケルの脅威

従来の Duo ブロックの限界：

オンボール TE と凝縮 WR が「外側 EDGE からニッケル CB」へコンボブロックで上がろうとするが、現代の機敏なニッケル CB はスナップと同時に激しく前進（クラッシュ）してくるため、ブロック角度が間に合わずバックフィールドで潰されていた。

アーロン・クローマー（Rams OL コーチ）の革新：

「TE が EDGE を外側へ弾き（ブロックアウト）、凝縮 WR が内側の C ギャップを回り込んで（ラップアラウンド）ニッケルに当たる」という役割の逆転（フォールドブロック）を発案。幾何学的なレバレッジを劇的に改善した。

【該当プレイの検証】 プレイ 1 ～ プレイ 3

プレイ 1 (2017 Rams / トッド・ガーリー TD)

C ギャップ配置の原点。オンボール TE が内側スラントの DE を強烈にウオッシュダウン。オフボール TE と WR が DB ヘクライムし、密集した内側を避けて外へバウンスしタッチダウン。

プレイ 2 (Rams / プカ・ナクアの Duo フォールド)

TE が EDGE を外側へシールし、凝縮 WR（ナクア）が C ギャップから回り込んでニッケル CB を撃破。開いた C ギャップへ RB がヒットして会心のビッグゲイン。

プレイ 3 (2022 Packers / AJ・ディロン 独走 TD)

フォールド × 逆サイドゾーン。WR の C ギャップラップに釣られたニッケル CB が C ギャップを埋めに前進。その結果ガラ空きとなった逆サイドの B ギャップへディロンがカットバックしてロング TD。

守備スラントへの自動アジャスト「ブロック・コンバージョン」が走路を開創する（プレイ 4, 8, 12）

ブロック・コンバージョンの論理

守備側の対抗策：EDGE の内側スラント オフェンスが C ギャップを狙うことを見越したディフェンスは、EDGE を内側の C ギャップへ鋭く潜り込ませて走路を塞ごうとする。

即座の役割交代（コンバージョン）：

1. TE：無理に外へ押さず、内側へスラントした EDGE の勢いを利用して内へ流す（ウォッシュダウン）。
2. WR：C ギャップへの進入を即座に中止し、外側のニッケル CB を外へ押し出す（ブロックアウト）。

結果：内側と外側に強固な二重の壁が完成し、その中間が巨大なレーンとなる。

プレイ 4 & プレイ 8 の実証

プレイ 4 (Rams / ウィリアムズの 1st 獲得)
WR ジョーダン・ウィットントンが C ギャップ進入を試みるも EDGE がインサイドへ突入。TE が内へ流した瞬間、ウィットントンは外へアングルを変えてニッケルを外側へ完全排除。内と外の壁の間をカイレン・ウィリアムズが突破。

プレイ 8 (カレッジ / NFL / モナンガイ独走 TD)
モーションインサートの WR ルーサー・バーデンに対し、相手 EDGE がスラントで激突。TE と WR が流れるようなコンバージョンを成立させ、中央の空洞を突いたモナンガイがロング TD。

プレイ 12：守備集中への外バウンス

プレイ 12 (Bills vs NE / ジェームズ・クック)

守備側の過剰適応：

ニューイングランド守備陣は C ギャップを徹底警戒し、EDGE のスラントに加えてセーフティとニッケル CB までもが C ギャップに雪崩れ込む配置を取った。

RB クックの判断：

C ギャップが完全に埋まったことを視認した RB クックは、ケイソン・コールマンのブロックの外側へ瞬時にバウンス。インサイドに人数を掛けすぎた守備のオープンサイドを陥落させ、鮮やかに 1st ダウンを更新した。

直上突入する「モダン C ギャップ・インサート」への進化：静止セット & モーション（プレイ 6, 7, 9）

進化 1: 静止セットからの直上突入

Bills (プレイ 6) / カリル・シャキール

【回り込み予備動作の排除】

フォールドブロックの課題は「WR が回り込むまでのコンマ数秒のタイムラグ」にあった。

Bills はシャキールを最初から C ギャップ位置に静止アライメントさせ、スナップと同時に直上（インサート）突入させた。TE スペンサー・ブラウンが外へ押し出し、シャキールが直上ブロックすることで最速で走路を確保。

進化 2: モーションによる加速突入

Rams vs PHI (プレイ 7) / クーパー・カップ

【スピードと角度の最大化】

強固な守備フロントを持つフィラデルフィアに対し、カップをモーションさせて C ギャップ到達の瞬間にスナップ。

トップスピードに乗った状態でニッケル CB に衝突し、OL 全員が相手フロントを内側へウォッシュダウンする中、カップの内側に巨大な走路を開いて特大ゲインを奪取。

進化 3: チーフスによる支配と適応

2026 Chiefs (プレイ 9) / ラシー・ライス

【全米最強 CB にギャップ埋めを強制】

モーションからライスが C ギャップへ進入し、セーフティ Talanoa Hufanga を強烈にブロック。

このインサートにより、外を警戒していたパトリック・サーテイン（Surtain II）にランサポートへ降りてくることを余儀なくさせ、ウォーカーが 1 対 1 を制して好ゲインを連発。

ラン・パスの究極の融合： C ギャップ進入フェイクが守備第 2 線を釣り上げる（プレイ 5, 10, 13, 14）

プレイ 5: Rams vs 49ers (フォールド PA)

名手フレッド・ワーナーを完全にフリーズさせた偽装

クーパー・カップが C ギャップへ進入するフォールド動作を見せた瞬間、NFL 屈指の LB フレッド・ワーナーとニッケル CB がランを警戒して一斉に前進。その直後、TE が空いたフラットへ抜け出し、マシュー・スタッフォードから完全にフリーのパスが通り特大ゲイン。

プレイ 10: 2026 Chiefs vs Jets (インサート PA)

前週のラン映像を布石にしたソース・ガードナー攻略

プレイ 9 でライ스가 C ギャップを強烈にブロックした映像を研究させておき、翌週同隊形からライスが進入と見せかけて急激にクロスルートへ転換。CB ソース・ガードナーが外を警戒する隙を突き、30 ヤードのビッグパスを易々とヒット。

プレイ 13: 2025 Rams (B ギャップ変形インサート PA)

タックルとガードの間（ B ギャップ）を突く変形偽装

プカ・ナクアが C ギャップではなく T と G の間の「B ギャップ」へ飛び込むインサートフェイクを展開。S ジェイレン・ピートリーら守備陣がランストップに全傾倒した隙にフラットへ抜け、接戦の試合を決定づけるクラッチパスを成功させた。

プレイ 14: ベン・ジョンソン指揮 (ダブル・アクション PA)

インサート + フォールドの同時威嚇による完全崩壊

1 人の WR（バーデン）が C ギャップへインサートし、もう 1 人の選手が逆サイドからフォールドする強烈なラン威嚇。アンダーニースのディフェンダー全員がランストップに引きずり出され、背後を駆け抜けるクロスルートへ完璧に通した。

守備側の「C ギャップ・ジレンマ」がオフェンスに永続的な戦術的イニシアチブを与える

【守備側のチェックメイト】 C ギャップ・ジレンマ

選択肢 A: C ギャップを空ける

Duo およびインサートランにより、RB が確実に 5 ～ 10 ヤードのクリーンゲインを削り取る。

選択肢 B: S やニッケルを前進させる

守備第 2 線が前に釣られ、背後の広大なスペースにプレイアクションパス（30yd 超）を叩き込まれる。

選択肢 C: EDGE を内側ヘスラントさせる

TE と WR が瞬時に「ブロック・コンバージョン」を発動し、中央にできた空洞を割られて独走 TD を許す。

選択肢 D: C ギャップへ守備を全集中させる

詰まったインサイドを捨て、RB が外側オープンヘバウンスして 1st ダウンを更新する（プレイ 12）。

【プレイブック総括】 現代オフェンスの設計思想

1. ポジションレス・ブロッカーの価値向上

プカ・ナクアやクーパー・カップ、ラシー・ライスの真価は、ルートランだけでなく「C ギャップへ直角に衝突できるフィジカルとアサインメント理解」にある。

2. 幾何学（アングル）による体格差の無効化

200 ポンドの WR であっても、角度とスピード（レバレッジ）を確保すれば、より巨大な EDGE や LB を完全に無力化できる。

3. スキームの永続的な進化

フォールドから静止インサート、モーション、ダブル・アクションへと深化し、ランとパスの境目を完全に消滅させたこのスキームは、今後も NFL のトレンドを牽引し続ける。