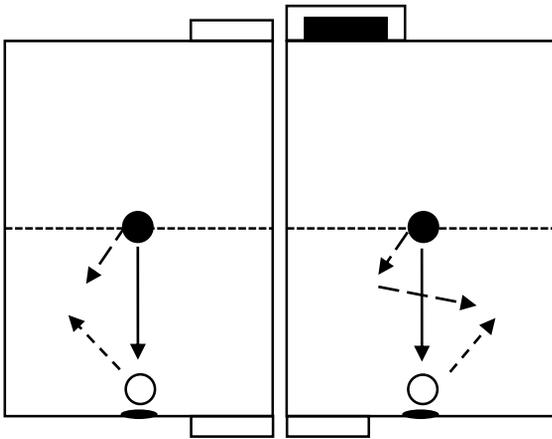


PRE Jr.CAMP 指導計画書

実施日	2021年4月25日(日)	コーチ	石割 諒
テーマ	フィールド1の守備		

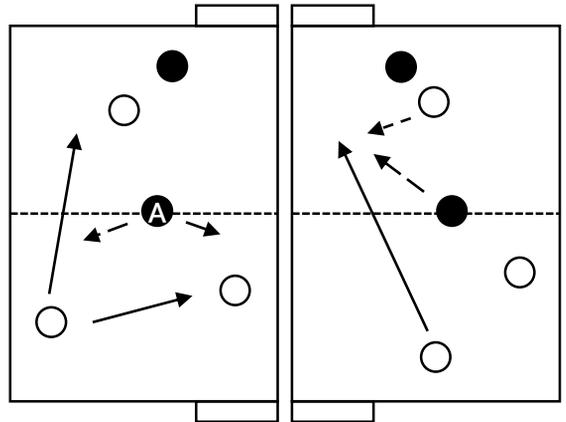
W-UP 1vs1

- ①1vs1 1×3ゴール
 - ・縦20m×横10m
 - ・DFがOFにパスでスタート
 - ・ゴールを守る
 - ・ゴールの可能性を低くする
 - ・運ばせる方向
- ②1vs1 少年ゴールに1×3ゴール
 - ・縦20m×横10m
 - ・DFがOFにパスでスタート
 - ・5×2ゴールの中に1×3ゴール、1×3ゴール以外がゴール
 - ・ゴールを守る
 - ・ゴールの可能性を低くする
 - ・運ばせる方向
 - ・OFとの距離



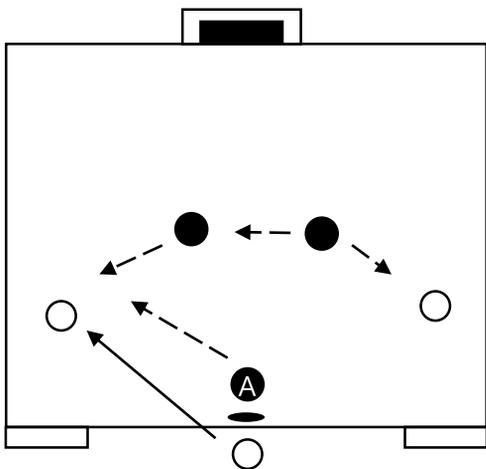
TR1 1vs2+1vs1

- ・縦20m(手前12m×奥8m)×横10m、1×3ゴール
- ・セパレート(1vs2+1vs1)
- ・(A)はライン上で守備、奥に入ったらプレスバック
- ・ゴールを守る
- ・マークとスペース
- ・プレスバック



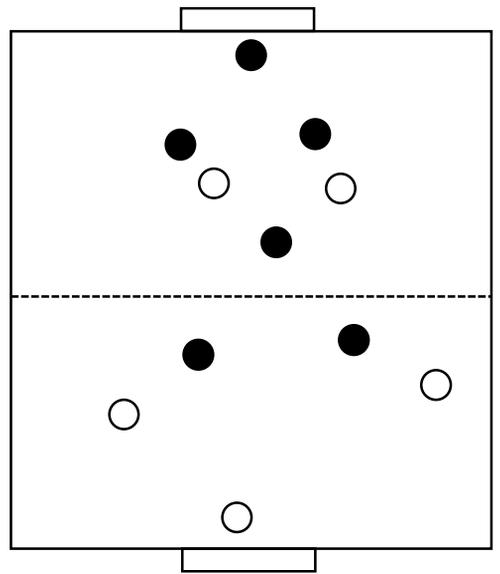
TR2 3vs3

- ・縦16m×横20m、少年ゴールの中に1×3ゴール
- ・サーバーからパスでスタート
- ・パスと同時に、DF(A)入る
- ・守備の目的(ゴールを守る、ボールをゴールから遠ざける)
- ・守備の質(方向、距離)
- ・カバーとプレスバック



Game 5vs5+GK

- ・縦40m×横28m、少年ゴール
- ・1-2-1-2
- ・GKはコーチが担当
- ・ゴールを目指す、ゴールを守る、ボールを奪う



KEY FACTOR

- ・認知(ゴール、スペース、味方、相手)
- ・守備の目的(ゴールを守る、ボールを奪う)
- ・守備の質(方向、距離)
- ・マークとカバー(相手との距離、味方との距離)
- ・ポジショニング(ボール状況に応じて)