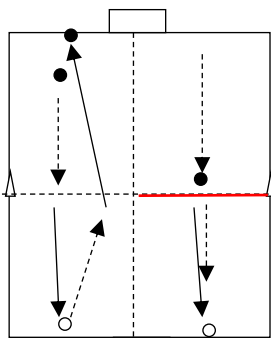
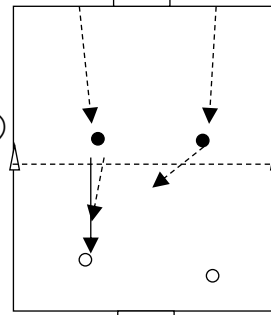
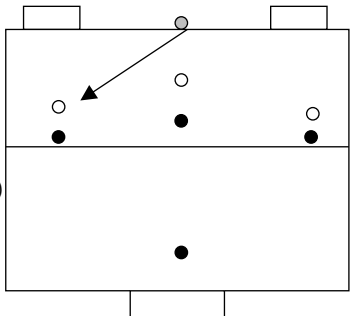
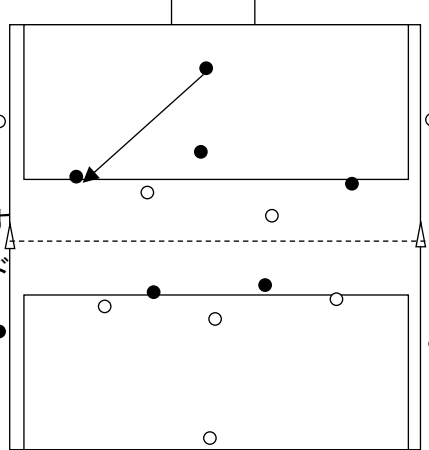
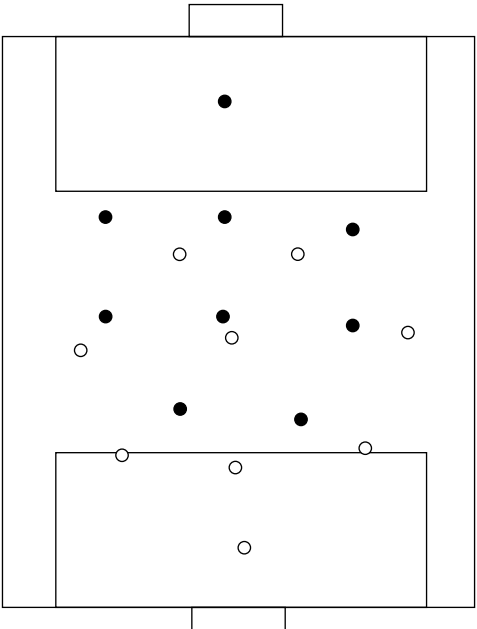


PJY キャンプ 指導計画書



実施日	2020年 10月 17日 (日)	氏名	山口 正悟
テーマ	テーマNo. ④ 自陣ゴール前での守備		

<p>W-UP① パス&コントロール、1vs1(12分)</p> <ul style="list-style-type: none"> 縦 16~18m × 横 10~14m 1. ドリブル→パス 2. 1vs1(半分のライン突破) ● 指導の留意点 <ul style="list-style-type: none"> パス&コントロールの質 (ボールに寄る、コントロールの工夫) 守備のステップ、立ち方  <p>W-UP② 2vs2 ミニゴール(8分)</p> <ul style="list-style-type: none"> DF のドリブルからスタート ● 指導の留意点 <ul style="list-style-type: none"> ゴールを目指す(シュートの意識) 動きながらのパス&コントロール カバーリングのポジショニング (深くなりすぎない) 素早い攻守の切り替え 	<p>TR1 (3vs3)+S+GK(20分)</p> <ul style="list-style-type: none"> 縦 22~25m × 横 28~30m S(C)からの配球でスタート S の利用可(2タッチ以内) S のシュートなし→シュートあり 攻撃はゴールを目指す 守備は ミニゴール or S にパス PA ラインがオフサイドライン 時間で攻守交代 <ul style="list-style-type: none"> →得点で攻守交代 GK から直接パスあり ● 指導の留意点 <ul style="list-style-type: none"> ゴールを目指す(シュート意識) マークを外す動き 背後を狙うアクション 守備への働きかけ(マークの原則) 
<p>TR2 (5vs5)+2S+2GK(20分)</p> <ul style="list-style-type: none"> 縦 40~45m × 横 30~35m(S のスペース+5m) GK からスタート GK から直接 S へパスはなし S は2タッチ以内(中に入ってシュート可) 逆サイドの流れてきたボールは継続 中央セパレート <ul style="list-style-type: none"> →途中で外す 攻撃1人参加可 ● 指導の留意点 <ul style="list-style-type: none"> 中央攻撃を目指す →難しければサイド攻撃 攻守の切り替え S に対する1stDF の決定 	<p>Game 9vs9(30分)</p> <ul style="list-style-type: none"> 1-3-3-2 少年用コート 数分×数セット 

Key Factor

1. チャレンジの質 (スピード、角度、距離)
2. 粘り強い守備 (最後まで諦めない)
3. チャレンジ&カバー (カバーリングのポジショニング)
4. ゴールを守る守備 (メンタル、ポジショニング、シュートブロック)
5. クロスボールの守備対応 (同一視、先に触る、フリーにしない)
6. GK との連携