

PRE Jr.CAMP 指導案計画書

実施日	2022年 5月 21日 (土)	コーチ	清水 宏祐
テーマ	攻撃のテクニック		

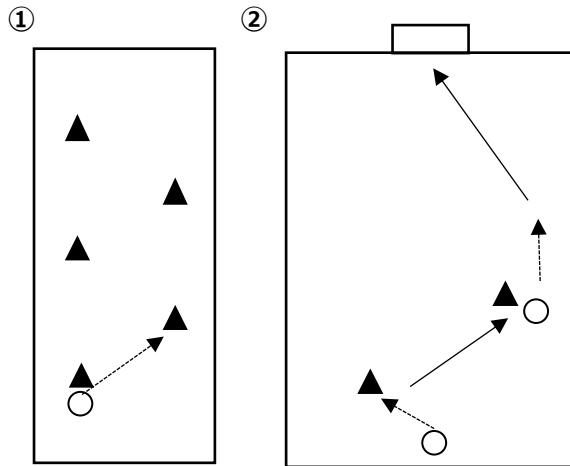
W-up ①ターンドリル②パス&コントロール

①ターンドリル (インサイド・アウトサイド)

コーン間 縦 2m×横 2~6m

②パス&コントロール (ターン→パス)

縦 20m (8m+12m)、中心~コーン 4m

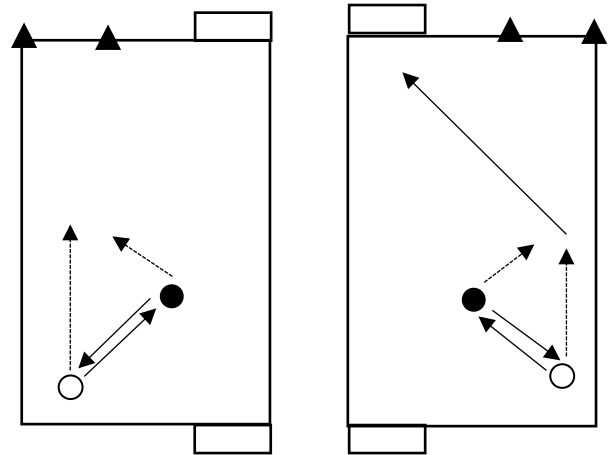


TR1 1対1

・縦 10~12m×横 8~10m

・OF: 1×3m ゴールヘパス or ドリブル通過 (コーン間 3m)

・DF: 奪ったらゴールヘパス



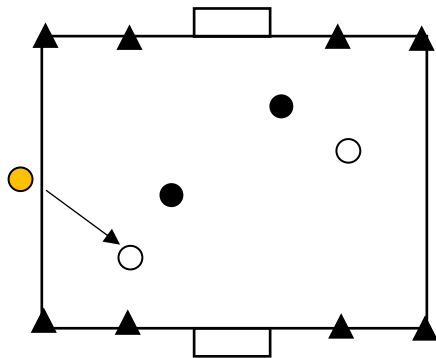
TR2 2対2

・縦 12m×横 16m

・コーチ配球でスタート

・OF: 1×3m ゴールヘパス or ドリブル通過 (コーン間 3m)

・DF: 奪ったら反対側の3ゴール目指す

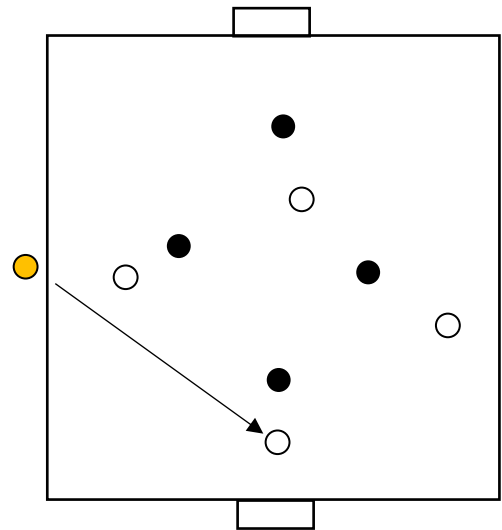


GAME 4対4 (1-2-1)

・縦 30m×横 20m

・コーチ配球でスタート→通常ルール

・1×3m ゴール



キーファクター

- ・パス&コントロールの質 (強さ/方向/タイミング)
- ・サポートの質 (ボール保持者に合わせる)
- ・複数の選択肢を持ってプレーする/相手の逆を取る
- ・攻撃・守備の目的、優先順位