

PRE Jr.CAMP 指導案計画書

実施日	2022年 6月 18日 (土)	コーチ	山口 楓生
テーマ	ゴール前の攻撃		

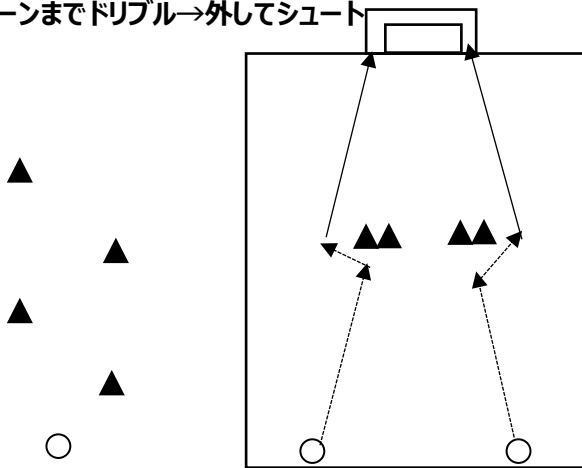
W-up ①ドリブルドリル ②シュートドリル

① ドリブルドリル

- ・ジグザグドリブル(イン、アウト、ダブルタッチ、シザース)

② シュートドリル

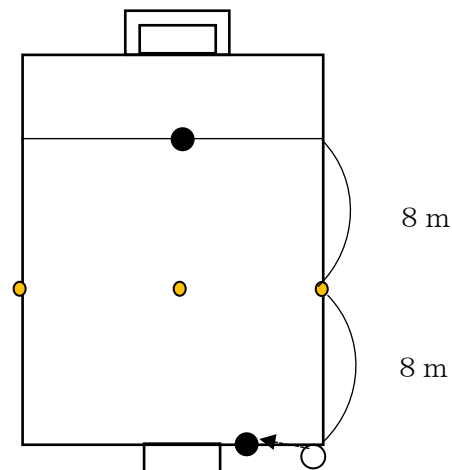
- ・ゴールからコーン 12m コーン間 8m
- ・少年用ゴールの中に 1×3mゴール
- ・コーンまでドリブル→外してシュート



TR1 1対1

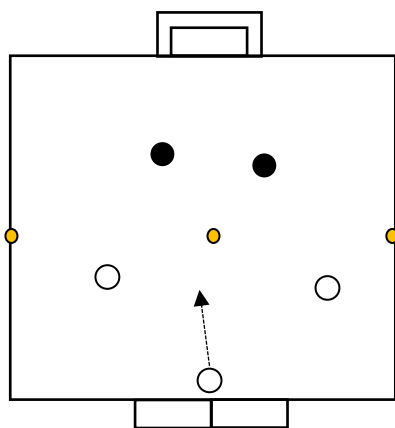
- ・縦 20m×横 14m

- ・OF からドリブルスタート、12mラインを超えてからシュート
- ・DF のスタート位置→OF の横、大ゴールの前 4m
- ・OF:少年用ゴールにシュート
- ・DF:奪ったら 1×3mゴールにシュート



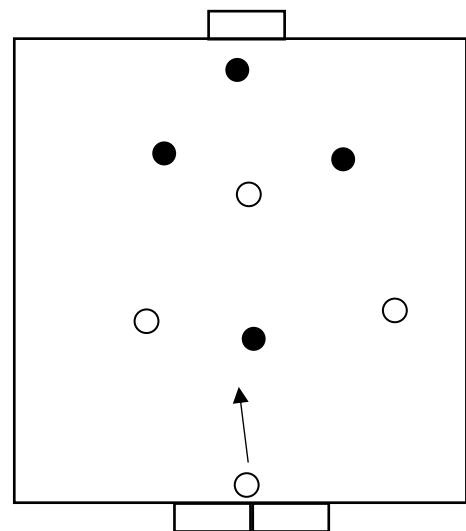
TR2 3対2

- ・縦 24m×横 20m
- ・OF からのドリブルスタート、半分こえてからシュート
- ・OF: 少年用ゴールにシュート
- ・DF: 奪ったら 1×3mゴールにシュート



GAME 4対4 (1-2-2)

- ・縦 24m×横 24m
- ・横から出たらドリブルイン
- ・片方少年用ゴール、片方 1×3mゴール



キーファクター

- ・シュートの質(4つの角を狙う、コントロールからシュートまでを速く、強いキック)
- ・シュートエリアとタイミング(どこから、いつ、シュートを打つべきか)
- ・1対1 (方向とスピードの変化)
- ・プレースピードとテクニック