

PRE Jr.CAMP 指導案計画書

実施日	2022年 11月 12日 (土)	コーチ	山口 楓生
テーマ	パス&コントロール②		

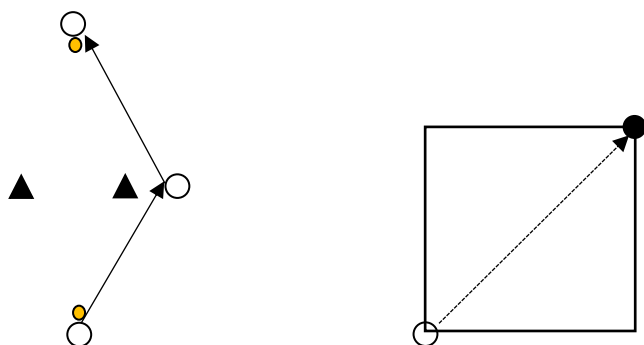
W-up ①パス&コントロール ②1vs1

① パス&コントロール

- ・マーカ間の距離 20m
- ・オープン、クローズコントロール、ストップコントロール
- ・慣れてきたら相手をつけながら

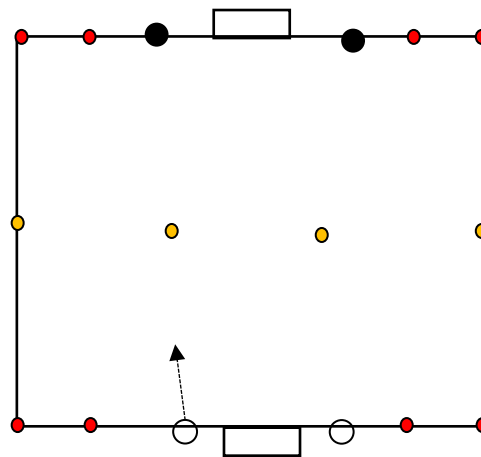
② 1vs1 の 2 辺突破 5m の正四角形

- ・DF からのパススタート
- ・目的は遠い方のライン 2 辺どちらかを突破



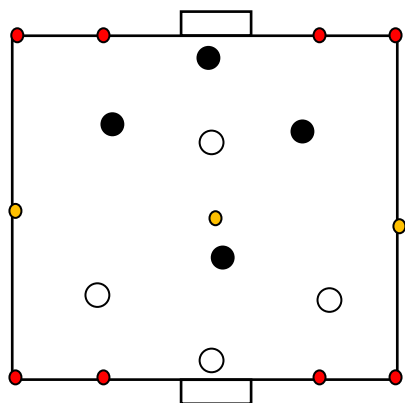
TR1 2対2 6ゴールゲーム

- ・縦 16m×横 20m
- ・OF からのドリブルスタート、半分超えてからシュート
- ・DF:奪ったら反対側のゴールにシュート



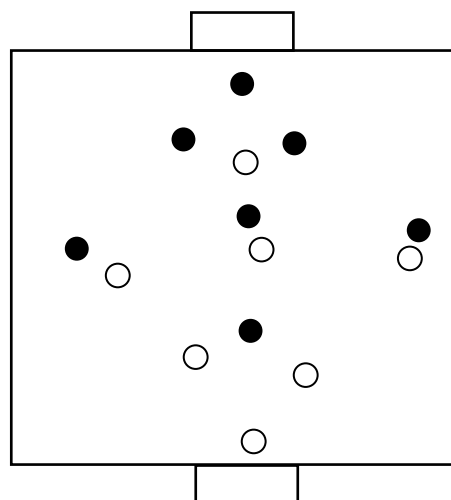
TR2 4対4(1-2-1) 6ゴール

- ・縦 32m×横 20m
- ・1×3 ゴール+サイドのドリブル通過ゴール
- ・ゴール前からのドリブル or パススタート



GAME 7対7(1-2-3-1のかみ合わせ)

- ・縦 54m×横 40m
- ・サッカールール



キーファクター

- ・パスの質(強さ、方向)
- ・コントロールの質(方向、体の向き)
- ・コントロールの種類(ストップ、セミストップ、動かしながら)
- ・パスコースを作る(アクションとサポート)