

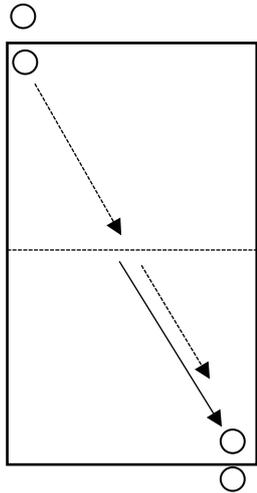
PRE Jr.CAMP 指導案計画書

実施日	2023年 1月 21日 (土)	コーチ	清水 宏祐
テーマ	フィールド2の守備 (中盤の守備)		

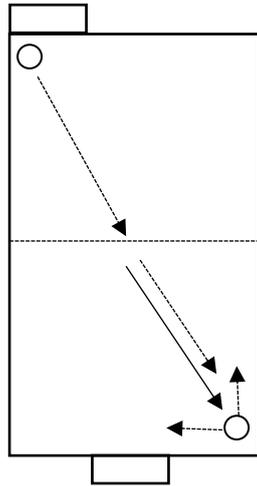
W-up パス&コントロール、1対1

- ・縦 16m×横 8m
- ・ドリブル→パス※左右行

①パス→チャレンジ

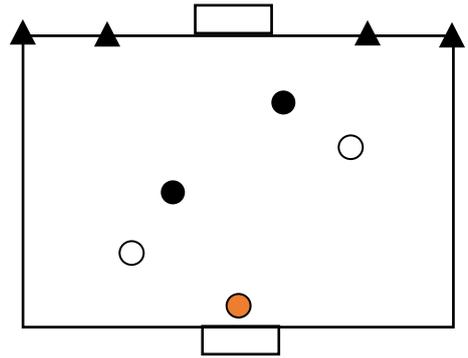


②パス→1対1



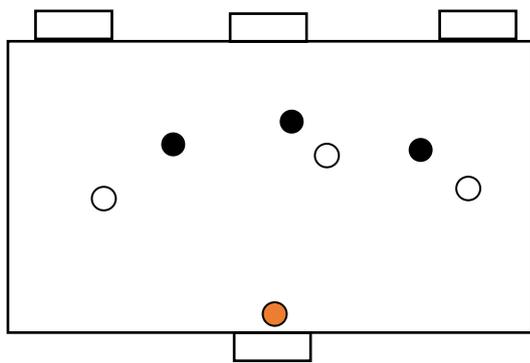
TR1 2対2+S

- ・縦 16m×横 16m
- ・Sからスタート※Sはコーチ
- ・OF: 1×3mゴールヘパス or ドリブル通過 (コーン間3m)
- ・DF: 奪ったら反対側のゴール目指す



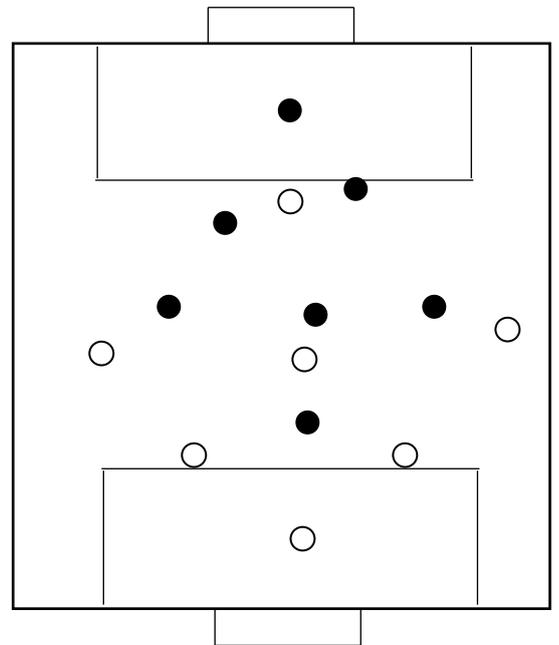
TR2 3対3+S

- ・縦 20m×横 24m
- ・Sからスタート※Sはコーチ
- ・OF: 1×3mゴールヘパス (3ゴール)
- ・DF: 奪ったら反対側のゴール目指す



GAME 7対7 (1-2-3-1)

- ・縦 54m×横 40m



キーファクター

- ・チャレンジの質 (スピード、角度、距離)
- ・マークとカバー (味方・相手との距離)
- ・目的を持ってプレーする
- ・攻撃・守備の優先順位