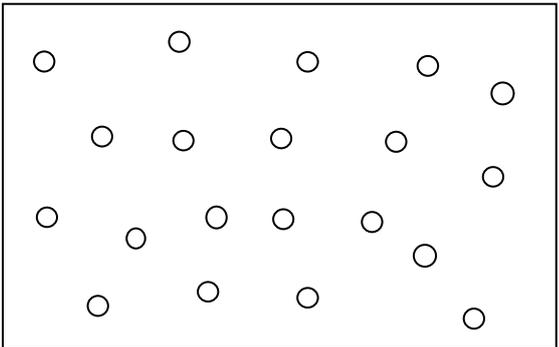


【 基礎クリニック トレーニング計画表 】

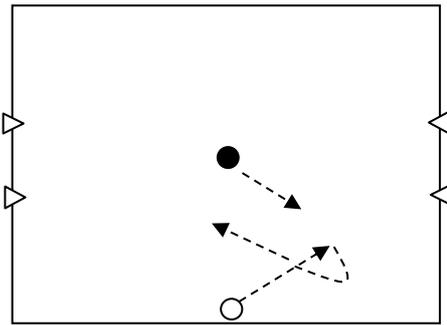
| | | | | | |
|-----|-------------|-----|---------------|----|-------|
| テーマ | ドリブル | | | 時間 | 90分 |
| 対象 | 小学校1・2年(U8) | 実施日 | 2023年6月18日(日) | 名前 | 清水 宏祐 |

W-up フリードリブル
 ・フリードリブル
 ○フリー→触り方指定
 右足、左足、インサイド、アウトサイド
 ボディーフェイント、シザース、ステップオーバー



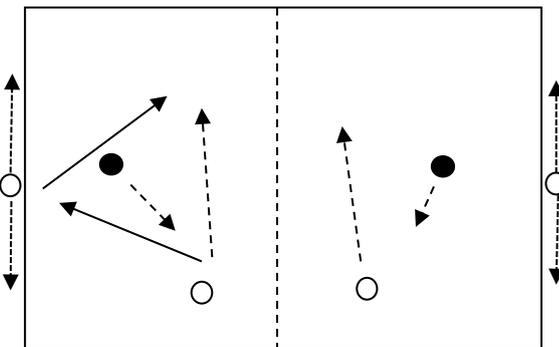
TR1 1対1 2ゴール(ドリブル通過)

○縦10m×横8m
 ○攻撃・・・ドリブルスタート、コーンゴールにドリブル通過
 ○守備・・・奪ったらコーンゴールにドリブル通過
 ※点数勝負



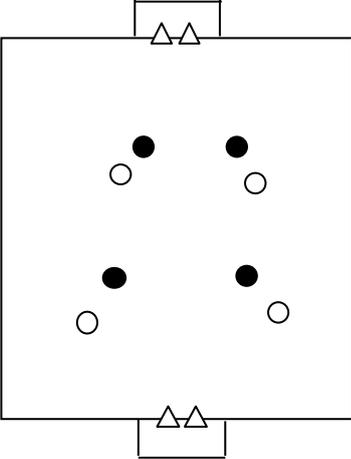
TR2 1対1+S (ドリブル通過)

○縦14m×横8m
 ○攻撃・・・ドリブルスタート、ドリブル通過
 Sは線上のみ移動可能
 ○守備・・・奪ったら反対側のラインをドリブル通過



Game 4対4

○縦24m×横14m
 ・通常ルール
 ・ゴールを目指す



【キーファクター】

- ・ボールが離れないようにプレーする
- ・プレーに緩急をつける
- ・周りの状況(味方・相手・スペース)を観てプレーする
- ・攻撃・守備の目的、優先順位