

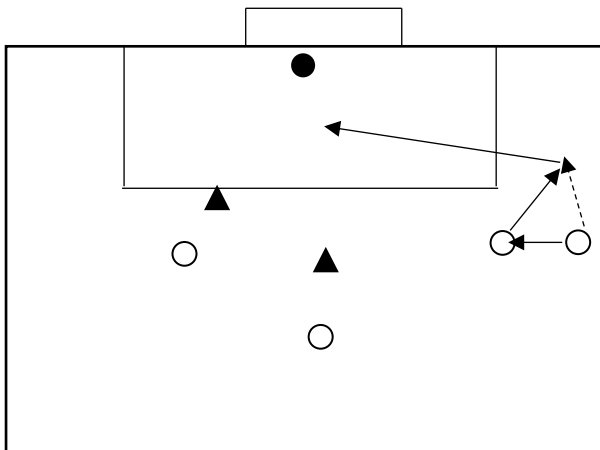
PRE Jr.CAMP 指導案計画書

実施日	2023 年 8 月 19 日 (土)	コーチ	清水 宏祐
テーマ	ゴール前の攻防②		

W-up シュートドリル

・シュートドリル

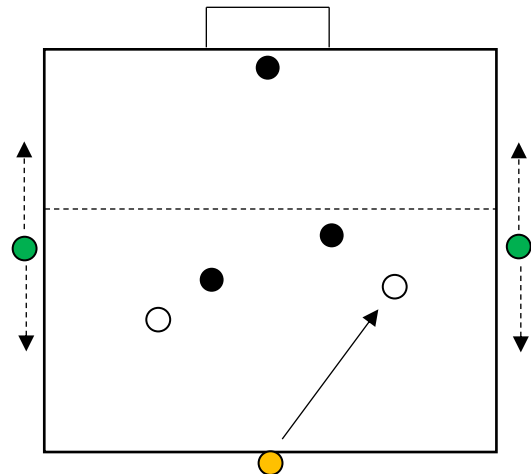
- (1) かわしてシュート (2) ワンツー→シュート
(3) クロス→シュート



TR1 2+3S 対 2+GK

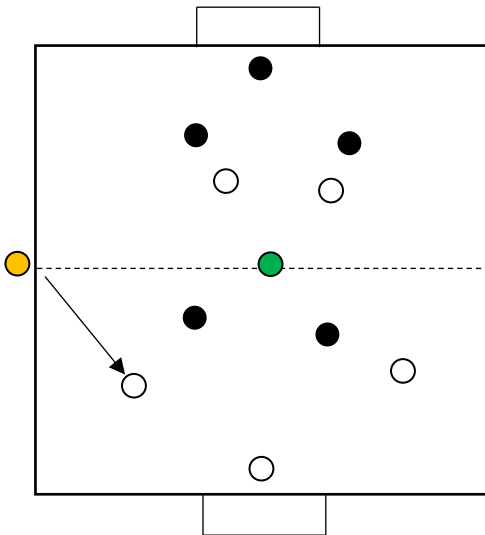
・縦 24m×横 24m

- ・コーチからスタート※サイドの S は選手 (シュートなし)
- ・OF:ゴールを目指す※オフサイドあり (PA ライン)
- ・DF:ゴールを守る、ボールを奪う
- ・DF が S にパス or 時間で攻守交代



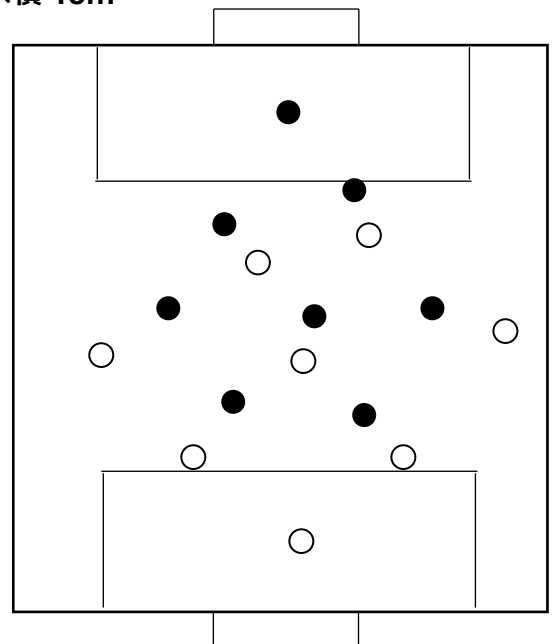
TR2 4 対 4+F (1-2-2) ※時間の関係で実施なし

- ・縦 34m×横 24m
- ・コーチ配球からスタート



GAME 8 対 8 (1-2-3-2)

・縦 54m×横 40m



キーファクター

- ・目的から逆算してプレーする (OF ゴールを目指す、DF ゴールを守る・ボールを奪う)
- ・OF:アクションの質 (状況に合わせた選択、タイミング)
シュートの質 (コースを狙う、テンポ、強さ)
- ・DF:チャレンジの質 (スピード、角度、距離)、良い状態でプレーさせない、粘り強い守備