

# PRE Jr.CAMP 指導案計画書

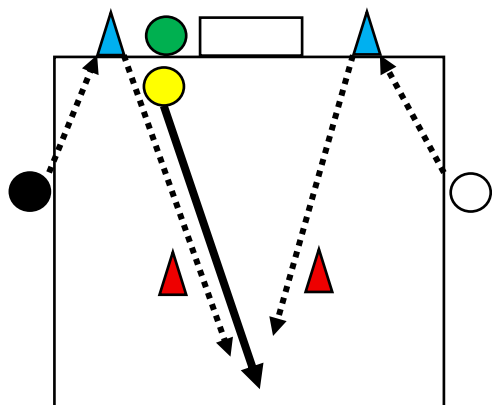
実施日	2025年 5月 9日 (土)	コーチ	濱田 桂太郎
テーマ	ボールを奪う		

## W-up 1vs1

縦 15m 横 10m

コーチから配球 (青コーンをタッチしたタイミングで)

- ① コーチの合図で青コーンをタッチ
- ② 赤コーン間を通る
- ③ ミニゴールへシュート



## TR1 1vs1

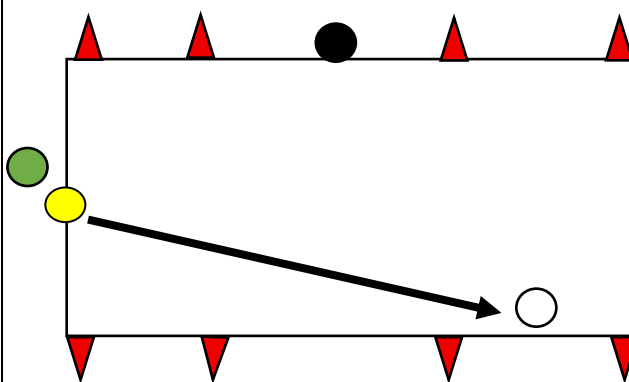
・縦 8m 横 13m

・コーン間をドリブル通過

コーチから配球

ゴール or アウトボール コーチから配球 (2球出る)

※サイドを変えて行う



## TR2 2vs2

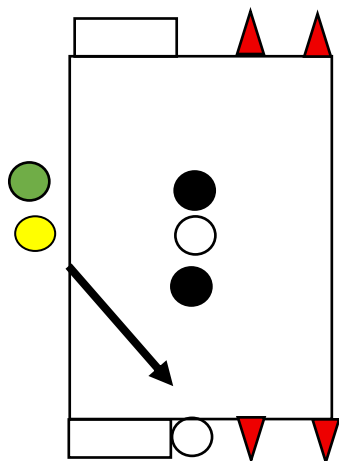
・縦 30m 横 20m

・コーチから配球

・左側 ミニゴールへシュート 右側 ドリブル通過

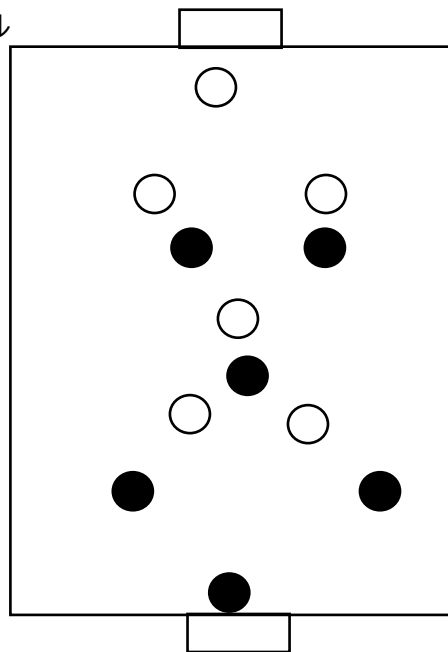
ゴール or アウトボール コーチから配球 (2球出る)

サイドを変えて行う



## GAME 6vs6 (1-2-1-2 vs 1-2-1-2) 縦45m 横30m

サッカールール



## キーファクター

- ・1stDF の決定と質(強さ、方向、タイミング)
- ・ボールを奪う為のチャレンジの優先順位
- ・スペースの狭い所へ追い込む
- ・2ndDF の予測とボール状況による判断 (チャレンジ or カバー)