

# U-12 トレーニング メニュー

テーマ

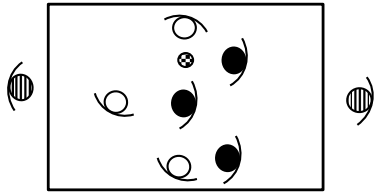
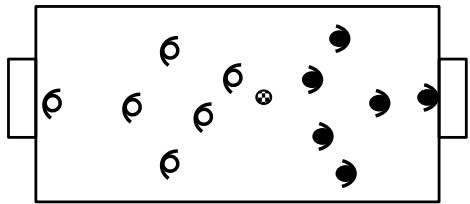
ビルドアップ

2015年 6 月 15 日( 月 ) 天候

ヘッドコーチ 足高

アシスタントコーチ 寺尾・榎谷・久川

名前	出欠
荒井 貴太	
三木 仁太	
安井 凌羽	
佐野 貴都	
中村 仁郎	
脇山 陽登	
和田 吉弘	
大野 泰楽	
岡沢 昂星	
下西 竜聖	
近藤 琉斗	
下川 陽輝	
中埜 航平	
加藤 翼	
青木 玲	
西田 達哉	
溝口 響	
大西 裕大	
矢野 翔大	
河村ノエル	
鈴木 仁也	
岩丸 流星	
小河 詩朋	
根木 賢聖	
吉川 祥五	
恒岡 大雄	
那須 大雅	
馬場 啓太郎	
中塚 亮晴	
向井 颯	
<b>GK</b>	
的場 翔哉	
山形 慈温	
湯田 海	
辻井 智大	
井野 彰人	
峯 伸行	
大町 尚暉	
宮本 玲	

メニュー	ポイント
<b>①. W-UP</b> 18:00~18:10 4人組 パス交換 ストレッチ	パスの質 コントロールの質
<b>②. トレーニング1</b> 3対3+2フリーマン(GKが行う) 4コート フリーマンは アンダー2タッチ 	攻撃の優先順位 パスの質 コントロールの質 サポートの質 観る・観ておく
<b>③. トレーニング2</b> 5対5プラス2サーバー(サーバーはGK) 2コート 4分の1コート 2面 (ライン突破)	攻撃の優先順位 パスの質 コントロールの質 サポートの質 観る・観ておく
<b>④. トレーニング3(GAME)</b> 6対6 4分の1コート 2面 	攻撃の優先順位 パスの質 コントロールの質 サポートの質 観る・観ておく 攻守の切り替え
<b>(総合評価 コーチコメント)</b> 前回までの練習会で、守備以外の課題を考えた結果、ビルドアップをテーマに今回の練習会を行うことにした。優先順位を整理しながら、周りの関わりを伝え、どうやって相手ゴールへボールを運ぶのかを、考えさせながら取り組んだ。パスの出し手と受け手だけの2人の関係が多く、サイドの選手が広がること、真ん中の選手が受けるために顔を出すことを促した。選手は少し意識していたが、ボールに対して寄りすぎたり、体の向きがボールに向かいすぎる現象が出た。今回のTrを継続して、次週のトレセンリーグなど、実戦の中で生きるよう繋げていきたい。今回TrのサーバーをGKが行った。スタッフで振り返ったが、GKに良い刺激になり、こういった機会も良いのではないかと思います。	

大阪府トレーニングセンター