

U-12 トレーニング メニュー

テーマ

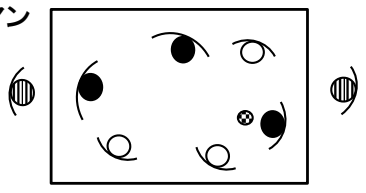
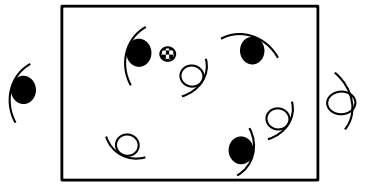
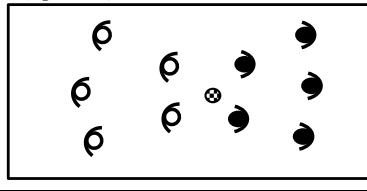
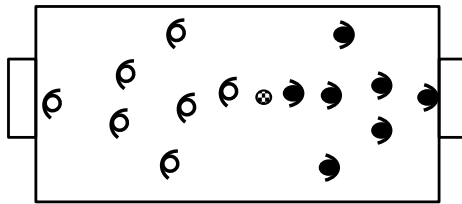
ポゼッション

2015年 7 月 13 日(月) 天候

ヘッドコーチ 寺尾

アシスタントコーチ 榎谷:久川:足高

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 昴星	○
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	○
GK	
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
①. W-UP 3対3+2フリーマン 	18:00~18:15 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 タイミング 守備のポジション
②. トレーニング1 3対3+サーバー 	18:15~18:35 3コート サーバーは ダイレクト 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 タイミング 守備のポジション
③. トレーニング2 5対5+サーバー 	18:35~18:55 2コート サーバーは ダイレクト 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 守備のポジション
④. トレーニング3(GAME) 7対7 	19:00~20:00 2コート 8分×6本 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 守備のポジション
(総合評価 コーチコメント) 先週に引き続き、ポゼッションをテーマとして行った。 今回は、味方を最低2人観るようにし、OFFの動きではボールの移動中にポジションを取るように指導のポイントを絞って行った。 先週よりも状況を観ようと思ったり、考えてプレーする選手が増えてきたと感じた。 ただ、ボールホルダーと自分だけの関係でスペースに飛出し、味方と同じ場所に動いたり、ボールが出てこない状況でもむやみに走る選手も見受けられたので、その辺りの状況確認や原理原則の理解度も高めていきたい。	

大阪府トレーニングセンター