

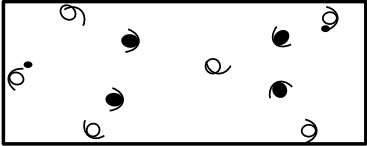
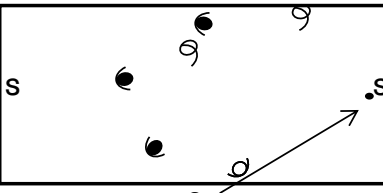
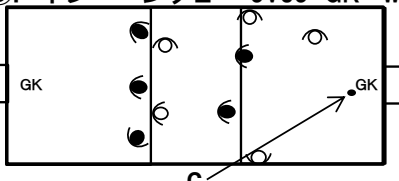
# U-14 トレーニング メニュー

テーマ	守備(チャレンジ&カバー)
-----	---------------

2015年 5月 11日(月) J-GREEN S6 半面 天候 曇り予報

ヘッドコーチ 田川 アシスタントコーチ 梶田 茶野 小山

名前	出欠
GK 岡田 洋之佑	
GK 吉岡 凜太郎	
GK 駒井 幸弘	
FP 土肥 航大	
FP 高橋 直哉	
FP 田中 海輝	
FP 岩本 悠輝	
FP 上西 竜司	
FP 中辻 涼雅	
FP 道脇 走瑠	
FP 北條 真汰	
FP 田中 碧海	
FP 藤尾 翔太	
FP 柿原 涼吾	
FP 岡本 亮志	
FP 横田 賢心	
FP 田鍋大賀	
FP 角山 勇翔	
FP 伊藤 翼	
FP 中田 大翔	
FP 山尾 永遠	
FP 羽坂 豪	
FP 長尾 優斗	
FP 奥田 友惟	
FP 中村 陽紀	
FP 萬谷 裕太	
FP 衛藤 稀祐	
FP 北村 隼	

メニュー	ポイント
<p>①. W-UP 20×30</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・ハンドパス</li> <li>・タッチorパスカット</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・観る</li> <li>・ポジショニング</li> <li>・コミュニケーション</li> </ul>
<p>②. トレーニング1 3対3+2サーバー 30×40</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・コーチから配球</li> <li>・ターゲットは1タッチ</li> <li>・サーバーは2タッチ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・観る</li> <li>・ポジショニング</li> <li>・コミュニケーション</li> <li>・チャレンジ&amp;カバー</li> </ul>
<p>③. トレーニング2 5vs5+GK WBOX+10m</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・コーチから配球</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・観る</li> <li>・ポジショニング</li> <li>・コミュニケーション</li> <li>・1stDFの決定</li> <li>・チャレンジ&amp;カバー</li> <li>・粘り強い守備</li> </ul>
<p>④. トレーニング3(GAME) 7vs7+GK or 8vs8+GK ハーフコート</p>	
<p>(総合評価 コーチコメント)</p> <p style="color: red;">W-upでコミュニケーションや1stDFについて落とし込み、TR1で移動中に寄せる事を伝えました。いつ?誰が?どこへ?などの働きかけを行い、選手たち自身が観て修正できるようにトレーニングを行いました。もう少しオーガナイズの部分で最適なサイズで行う事ができればよかったですと思います。</p>	

大阪府トレーニングセンター