

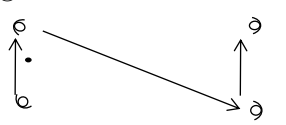
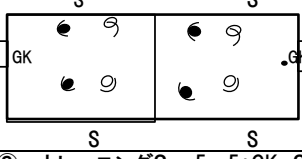
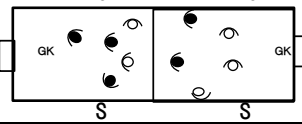
# U-14 トレーニング メニュー

テーマ	クロス(守備①)
-----	----------

2015年 5月 18日(月) J-GREEN S6 全面 天候

ヘッドコーチ 小山 アシスタントコーチ 梶田 田川 茶野 木村

出欠	名前	
	GK	岡田 洋之祐
	GK	吉岡 凛太郎
	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	田鍋大賢
	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	
	FP	
	FP	
	FP	

メニュー	ポイント
<p>①. W-UP</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワンタッチパス</li> <li>・徐々に距離を長くしていく</li> <li>・1stタッチの種類 (胸、頭、モモ、アウト、インサイド)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・観る</li> <li>・キックの質</li> <li>・キックの種類</li> <li>・1stタッチ</li> </ul>
<p>②. トレーニング1 2対2+ WBOX</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・サーバーはアンダー2タッチ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールとマーク(同一視)</li> <li>・ポジショニング</li> <li>・コミュニケーション</li> <li>・GKとの連携</li> <li>・先に触る</li> <li>・攻撃への切り替え</li> </ul>
<p>③. トレーニング2 5vs5+GK 2サーバー ハーフコート</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・3vs2+3vs2 (守備1名参加)</li> <li>・セパレート(5vs5) SゾーンにDF1名、DF1名参加可能</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールとマーク(同一視)</li> <li>・ポジショニング</li> <li>・コミュニケーション</li> <li>・GKとの連携</li> <li>・先に触る</li> <li>・攻撃への切り替え</li> </ul>
<p>④. トレーニング3(GAME) 11vs11+GK</p>	
<p>(総合評価 コメント)</p> <p style="color: red;">今年度から必ずコメントをお願いします</p> <p>クロス攻撃のイメージが共有できず、守備側のポジションも定まらない現象が出た。</p> <p>トレーニングの中で攻撃と守備の両方をアプローチして改善できるよう取り組んでいきたい。</p> <p style="text-align: right;">大阪府トレーニングセンター</p>	