

大阪トレセン 女子U-15 活動記録



2015年

5 月 25 日 (月)

会場 万博ガンバ人工芝グラウンド

天気

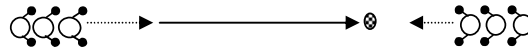
晴

No.	背番号	名前	学年	出欠	所属
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					

【テーマなど】 パス&コントロール

◎ W-UP 18:00~18:20

- フリードリブル
- パス&コントロール (デイリーワーク) 6人/組



《ルール&オーガナイズ》

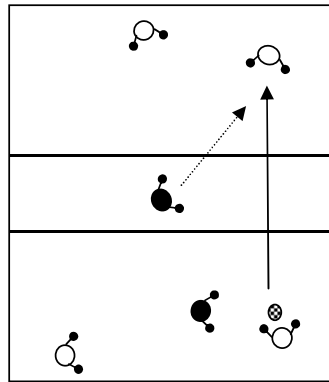
- 動きながらのパス&コントロール
- 対面へパスをしたらサポートをし、ボールを受けリターンパス

KEY FACTOR

- 観る (いつ、どこを、どうやって)
- パス&コントロールの質

◎ トレーニング1 : 2vs1 + 2vs1

18:20~18:40



《ルール&オーガナイズ》

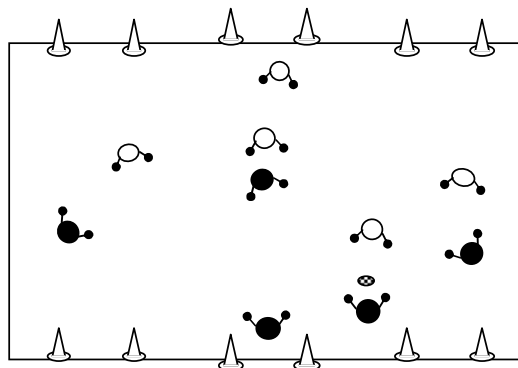
- グリッドの中でボールを失わないように動かしながら対面のコートを目指す
- 守備は中央に一人、ボールのあるコートに一人
- 守備はボールを奪ったら辺を通過もしくはもう一人のDFにパス

KEY FACTOR

- 観る
- パス&コントロールの質
- ボールの移動中に良い準備
- コミュニケーション

◎ トレーニング2 : 5vs5

18:40~19:00



KEY FACTOR

- 観る
- パス&コントロールの質
- ボールの移動中に良い準備 (ゴールを意識)
- コミュニケーション

《ルール&オーガナイズ》

- 守備 (サーバー) のいないカラーコーンへシュート
- コーチからサーバーへのボールでスタート

スタッフ	
チーフ	林部 雅司
コーチ	小川 雅己
コーチ	山科 花恵
コーチ	中岡 麻衣子
GKコーチ	谷川 隆

<総評>

中1も合流し全学年での最初のトレーニング。ベーシックなテーマであるが、一つ一つのプレーの質にはもっと追求させる必要がある。また、次のプレーを意識した動きやコントロールをするために、いつ、何をみるのか、優先順位をもっと考えながらプレー (トレーニング) をしていくことも徹底していけるようトレーニングを組み立てていきたい。

◎ ゲーム : 6vs6 (GK含む)

5 月 25 日

記録者 林部 雅司