

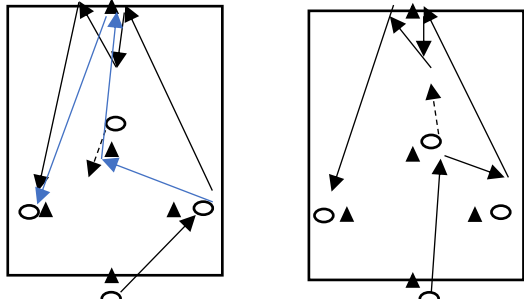


# PJY キャンプ 指導計画書

実施日	2021年 12月 19日 (日)	氏名	山口 正悟
テーマ	テーマNo. 11vs11 の攻防		

## W-UP① パス&コントロール(2~3パターン)10分

・縦 24m × 横 16m



## W-UP② 3vs3+2S 15分

・縦 24m × 横 16m

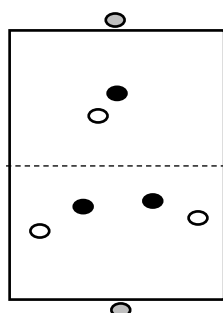
・S フリータッチ

・中央セパレート

・反対Sにパス

→OF・DF1人移動

※ 往復で1点



## TR1 6+GKvs5(6) 3ゴール 20分

・縦 36~40m × 横 50~60m

・GK からの配球で開始

・攻撃: ミニゴールにパス or コーン間ドリブル通過

・守備: 奪ってゴール

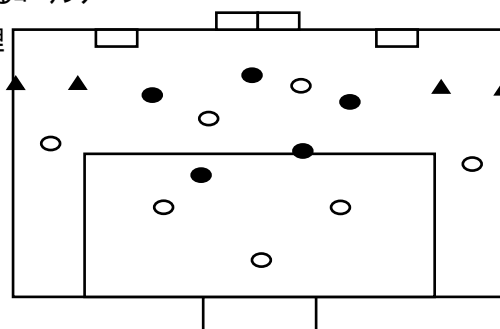
※ 攻撃の状況を観て守備+1⇒6+GKvs6

### 留意点

・ホールに寄りすぎないように注意する

・GK に対するコーチング

・守備の整理



## TR2 11vs10 ライン突破 20分

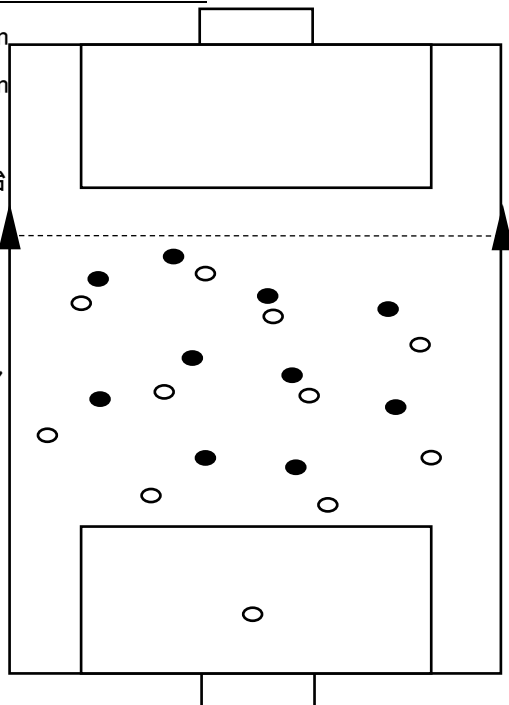
・縦 60~70m

横 50~60m

・GK からの配球で開始

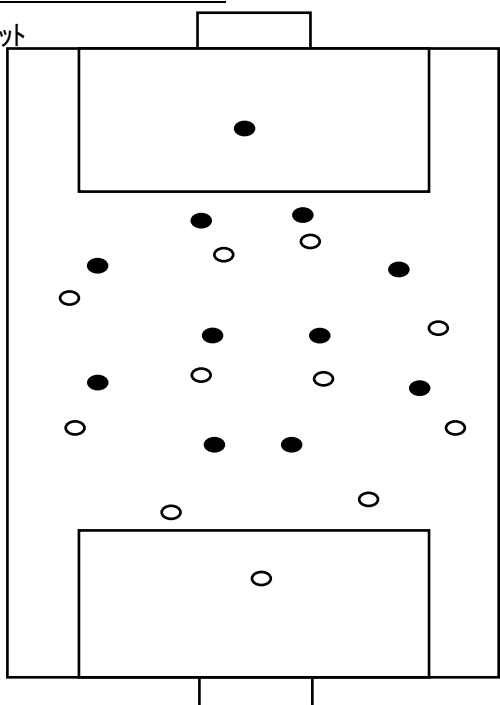
・攻撃  
ライン突破

・守備  
奪ってゴール



## Game 11vs11(1-4-4-2)25分

・10分 × 2セット



### Key Factor

1. パス&コントロールの質 (次にどんなプレーをする or させるの意図を持って)
2. 選択肢を持ちながらプレーをする
3. ボール状況に応じたポジショニング、パスの種類 (通す or 渡す)
4. 優先順位、ボール状況の観察、リスクマネジメント
5. 効果的なチェンジサイド (時間とスペースを得るため)
6. プレースピードのコントロール