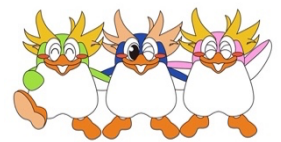


2024夏 インディビジュアルトレーニング 指導計画書



実施日	2024年 7月 26日 (金) PM	氏名	川浦 光晨
テーマ	PA 外からのシュート		

<p>W-up シュートドリル 20m 程度</p> <p>○運びながらシュート ○1vs1 守備側は攻撃側にパスして、コーンを回ってから守備</p>	<p>TR1 1vs1+1+GK 24m×11m</p> <p>○守備側から攻撃側へパスしてスタート パスした守備者はミニゴールを回ってから守備に参加 op:ゴール正面、右側、左側</p>
<p>TR2 4vs4+F+2GK 36m×20m</p> <p>○配球はコーチから フリーマンもシュートあり</p>	<p>GAME 5vs5+2GK(1-2-1-2) 40m×25m</p> <p>サッカールール</p>

Key Factor

1. シュートの質(種類・どの四隅)→狙い通りに蹴るための構成要素には常に働きかける。
2. 素早く打つ (シュートの選択肢を持つ・シュートチャンス逃さない)
3. 守備への働きかけ (ゴール前の守備・粘り強い対応&プレスバック)