

# 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8月1日(木) AM	氏名	川浦 光晨
テーマ	ビルドアップの成功		

<p>W-up① ターンドリル 8mの正三角形</p> <p>○アウトサイドターンドリル</p>	<p>W-up② 3vs1移動あり 8mの正三角形</p> <p>○パスしたらパスしたマーカーへ移動 パスはマーカーの上で受ける 2タッチ以下でプレーする op:パスを受けた対面の辺をドリブル通過 OK</p>
--	---

<p>TR2 4vs4+F 24m×15m</p> <p>○配球はコーチから ノーマルゴール or 中央マーカーをドリブル通過で 得点</p>	<p>GAME 5vs5+2GK(1-2-1-2) 35m×29m</p> <p>サッカールール</p>
---	--

## Key Factor

1. 前進するためのテクニックの質 (パス&コントロール、ターン)
2. 自分のところから前進する
3. 優位性の認知 (スペース、味方、相手、攻撃方向)
4. 守備への働きかけ (整った状態からのプレス)