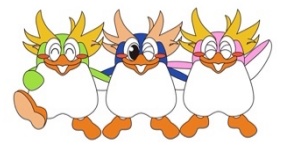


2024冬 インディビジュアルトレーニング 指導計画書



実施日	2024年12月26日(木) PM	氏名	川浦 光晨
テーマ	中盤でのデュエル		

W-up 2vs2 3ゴール 14m × 15m TR

○配球はコーチから
○中央ゴール or サイドをドリブル通過で得点

TR 2vs2+2S 18m × 18m GAME 5vs5+2GK(1-3-2) 40m × 32m

○配球はコーチから
○前方のラインを通過で得点
○前方サーバーの利用 OK
○攻撃方向は一定

○サッカールール

Key Factor

1. 1st DF の決定と質 (距離・角度・スピード)
2. 奪うチャンスを感じ取る・逃さない・作り出す
3. ボール状況に応じた予測