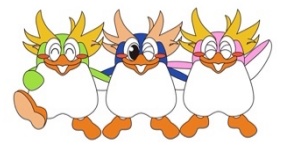


2025春 インディビジュアルトレーニング 指導計画書



| | | | |
|-----|-----------------|----|-------|
| 実施日 | 2025年4月2日(水) AM | 氏名 | 川浦 光晨 |
| テーマ | ビルドアップの成功 | | |

| | |
|---|---|
| <p>W-up パス&コントロール 12m × 20m</p> <p>自分と同じ色にはパスできない ○中央まで反対に運んでパス ○受けて2タッチで反対にパス ※ボール3個 反対側に自分と同じ色しかいなかったら、、、? 横パス or ドリブルで解決?</p> | <p>TR1 3vs2→2vs3の連続 28m × 20m</p> <p>○ゲートをドリブル通過 or パス通過を目指す ○反対サイドに渡した選手と守備をした選手が抜ける ※攻撃をしていた選手は守備に op:守備サーバー有り op:3点差ついたら勝ち</p> |
| <p>TR2 5vs5+2GK 40m × 30m</p> <p>○配球はコーチから ○中央ゴールへのシュートまたはコーンゴール通過で得点 ※GKは3ゴールとも守ってOK</p> | <p>GAME 6vs6+2GK(1-3-1-2) 48m × 32m</p> <p>○サッカールール</p> |

1. パス&コントロールの質 (パススピード、質)
→キック、コントロールの構成要素には常に働きかける
2. 優位性の認知
→数(相手・味方)、スペース
3. 守備への働きかけ
→整った 1st ポジションからのハイプレス