

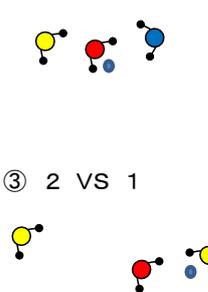
2016 OFA CENTRAL TRAINING CENTER TR PLAN

DATE	2016年5月16日	COACH	久川 直裕
THEME	守備(ボールを奪う)	CATEGORY	大阪府セントラルトレセンU-12

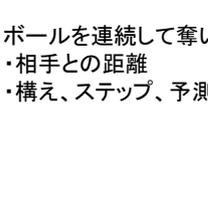
W-up: 2 VS 1 TR-2: 3 VS 3 + GK

NO	氏名	PO	所属
1	徳山 亮伍	FP	ガンバ大阪jr
2	南野 遥海	FP	ガンバ大阪jr
3	塚原 溪人	FP	フォルテFC
4	加賀山 将輝	FP	塚原サンクラブ
5	川合 陽	FP	塚原サンクラブ
6	上西 剛史	FP	塚原サンクラブ
7	谷 遥翔	FP	高槻如是FC
8	澄川 太一	FP	山田くらぶ
9	昌山 豪	FP	セレッソ大阪U-12
10	満永 拓実	FP	セレッソ大阪U-12
11	柴田 将伍	FP	セレッソ大阪U-12
12	長谷川 晶飛	FP	アイリスFC住吉
13	緒方 夏暉	FP	FC Grasion
14	長野 太亮	FP	AVANTI SC
15	堀川 大夢	FP	正覚寺FC
16	木下 慎之輔	FP	TIAMO交野
17	松山 祐輝	FP	八尾大正FC
18	田中 裕翔	FP	柏原市SSC
19	名願 斗哉	FP	SSクリエイト
20	吉原 優輝	FP	ジョイナスFC
21	森脇 勇人	GK	玉川学園FC
22	佐藤 瑞起	GK	正覚寺FC
23	松本 健汰	GK	アイリスFC住吉
24	平井 遥斗	GK	旭ヶ丘JSC
25	加賀田 幸希	GK	八尾大正FC
26	永野 貴碩	GK	TSK金剛SC
27			
28	選考メンバー		
29	田村 翔琉		高槻AFC
30	谷藤 竜馬		さんがFC

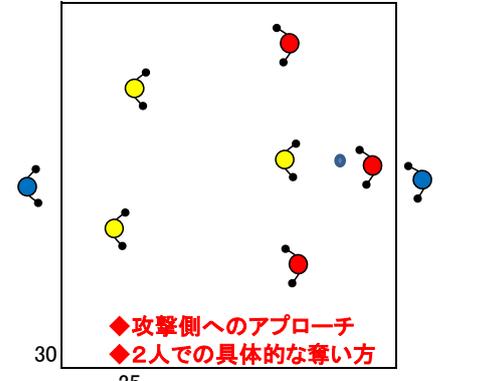
① 3人組鬼ごっこ 5分 ステップ
② 1対1対1 5分 ボールを奪う意識



③ 2 VS 1 5分 距離、逃さない



ボールを連続して奪いに行く
・相手との距離
・構え、ステップ、予測

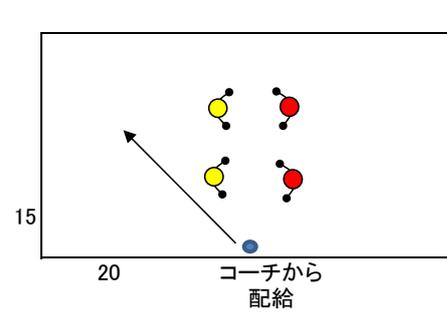


◆攻撃側へのアプローチ
◆2人での具体的な奪い方

【オーガナイズ】
30m × 25m コーチから配給 ライン突破

【キーファクター】
・相手との距離 いつ寄せるか→ボールの移動中
どこまで寄せるか→足が届く距離
・インターセプトを狙えるポジショニング
・予測、チャンスを逃さない

TR-1: 2 VS 2

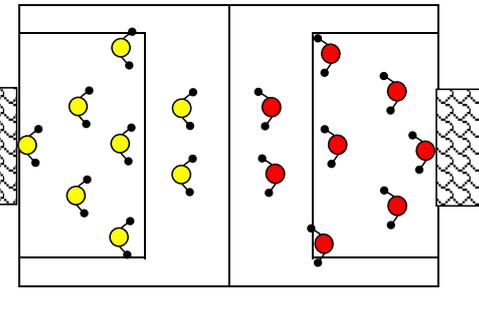


【オーガナイズ】
15m × 20m
コーチから配給

◆もう少し広く設定する
◆具体的なボールの奪い方

【キーファクター】
・相手との距離 いつ寄せるか→ボールの移動中
どこまで寄せるか→足が届く距離
・インターセプトを狙えるポジショニング
・予測、チャンスを逃さない

GAME: 6 VS 6 + GK



オーガナイズ
・大きさ 68m × 50m
・1-2-3-2
10分 × 3

◆1stDFが決まらない時に
誰が行き、どう支持を出す
◆相手が方向を変えたときに
下がってしまう

1stDFが強く奪いに行く
考える時間と判断を奪う
準備のポジショニング
予測を持ちチャレンジ
インターセプトで奪う
1対1でボールを奪う
2人でボールを奪う
連続してアプローチする
味方との距離感
など

KEY FACTOR

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1 相手との距離 | 4 奪うチャンスを逃さない→状況を観る |
| 2 構え、ステップ、対応 | 5 準備と予測 |
| 3 インターセプトを狙えるポジショニング | 6 |

COMMENT

理解と意識の部分においては変化がみられた。個人の守備では相手との距離感やボールを奪うことに対してチャレンジは多くあったが、グループの守備や味方との距離感など課題もある。細かい部分にアプローチを行い刺激を与え続けられるように我々も反省点や改善点を次回に活用できるようにします。サポートで来てくださったコーチも個人的に指導や色々とお助けしてくれました。