

# U-12 トレーニングメニュー

テーマ

ポゼッション

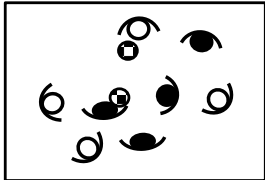
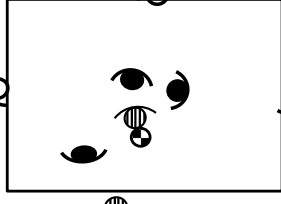
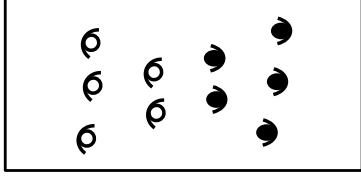
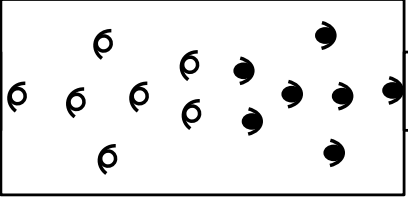
2014年 11月 10日( 月 ) 天候

ヘッドコーチ 足高

アシスタントコーチ 榎谷:寺尾:久川

FP 30名

名前	出欠
唐山	
下雅意	
寺本	
伊勢	
山崎	
押富	
山田	
亀井	
エゼ	欠
中島(大)	
阪井	
川上	
坪井	
松田	
小亀	
永川	
坂野	
小西	
前田	
高橋	
笹川	
三好	
菅原	
吉田	欠
浜崎(匠)	見学
浜崎(響)	
黄	
西田	
鹿野	
林	
GK	6名
上林	
松原	
真本	
吉川	
田川	
岡田	

メニュー	ポイント
①. W-UP 18:00~18:20 パス&コントロール  ◎4人1組でパス交換 (2タッチ、3人目、 順番を決めて) ◎鬼ごっこ	・ポジショニング(サポート) ・パス&コントロールの質 ・見る、見ておく ・判断
②. トレーニング1 18:25~18:45 3VS3+2フリーマン  ◎パス15本で貯め	・ポジショニング(サポート) ・パス&コントロールの質 ・見る、見ておく ・判断
③. トレーニング2 18:50~19:10 5対5+サーバー(サーバーはGK)  ◎ライン突破	・攻撃の優先順位 ・ポジショニング(サポート) ・パス&コントロールの質 ・見る、見ておく ・判断
④. トレーニング3(GAME) 19:15~20:00 6対6+GK 10分×3  ◎ピッチ【32×50】 (GK-3-1-2)	・Trで行ったことを確認 しながら取り組む
(総合評価 コーチコメント) 先月末に行われた関西トレセンリーグの分析・反省を基に、課題を抽出しトレーニングを行った。 ボールが来る前の準備(見る・見ておく、ポジショニング)を意識させて、意図のあるコントロールや、 速い判断を促した。ボールが持てることは武器であるが、持ってから何かする選手が多くいた。 周りとの関わりや、選択肢を持ってプレーすることが出来れば、よりプレーの幅が広がるのでは ないかと感じた。選手の意識の変化は見たので、継続して取り組んでいきたい。 オフザピッチの部分では、慣れもあり行動がだらけていて、各スタッフに注意を受けていた。 追加のメンバーもいるので、プレー以外の行動も再度しっかり指導して改善していきたい。	

大阪府トレーニングセンター