

U-13 トレーニングメニュー

テーマ	ポゼッション
-----	--------

2014年 12月 15日(月) 天候

ヘッドコーチ 茶野 アシスタントコーチ 梶田 武井 與

No.	名前	出欠
1	駒井	○
2	上西 竜司	○
3	岩本	怪我
4	武田 智也	○
5	齋藤 隆	○
6	藤尾 翔太	○
7	佐々木 伸乃介	○
8	北條 真汰	○
9	永井 たくろう	○
10	北出 浩大	○
11	土肥 航大	○
12	岡田	○
13	大野 幹生	○
14	中辻 涼雅	○
15	山口 友実	○
16	田中 海輝	○
17	道脇 走瑠	○
18	安座名 我空	○
19	松田 三貴也	欠
21	吉岡	○
	黒田 匠馬	○
	高橋	○
	田中 碧海	○

メニュー FP18名 GK3名	ポイント
<p>①. W-UP 4vs2 10×10m</p>	<p>パス、コントロール 観る、観ておく オフの立ち位置 1stタッチ 中を閉じる</p>
<p>②. トレーニング1 4v4+1F 20×20m C.</p>	<p>パス・コントロール 観る・観ておく(準備) 幅と高さ オフの立ち位置 1stタッチ ボールへの関わり ※守備に働き掛ける</p>
<p>③. トレーニング2 6vs6+2F 30×30m</p>	<p>パス・コントロール 観る・観ておく(準備) 幅と高さ オフの立ち位置 1stタッチ(前を目指す) ボールへの関わり ※守備に働き掛ける</p>
<p>④. GAME 9vs9+GK</p>	

(総合評価 コーチコメント)

ボールが来る前に観て立ち位置をとることをベースにトレーニングを行った。ボールしか観ていなくて、ボールを受けるときに、わざわざプレッシャーを受けてしまう場所に立ってしまうことが非常に多かったので、ボール以外の相手・味方・スペースを観ておくことを促した。少しずつ観ることが増えてきて立ち位置も変わってきたが、人数が増えるとまだまだ味方同士がスペースを作ったり使ったり
また、基本的なパス・コントロールの質の向上は日々追及していかなければならない。