

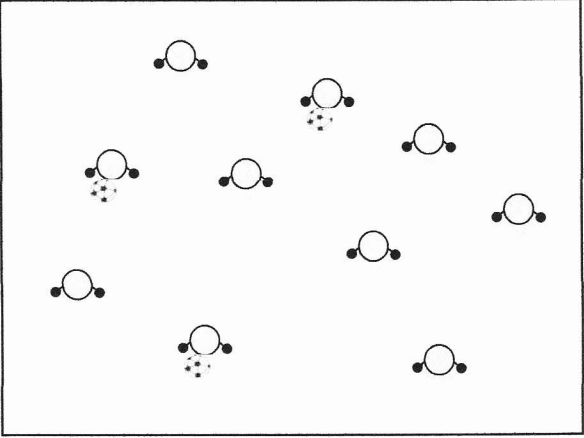
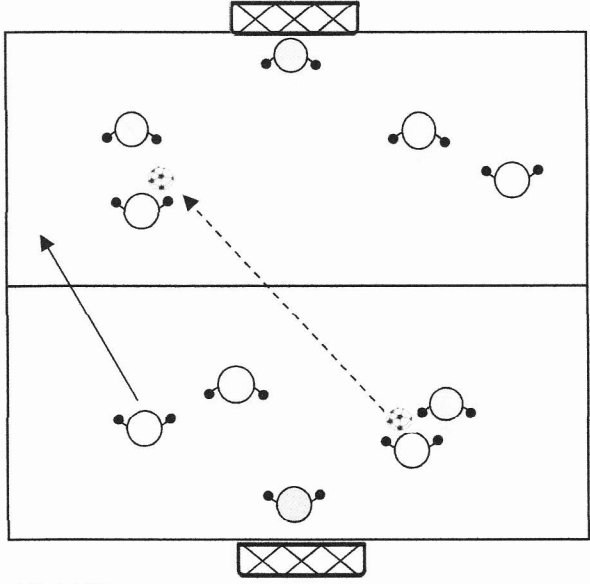
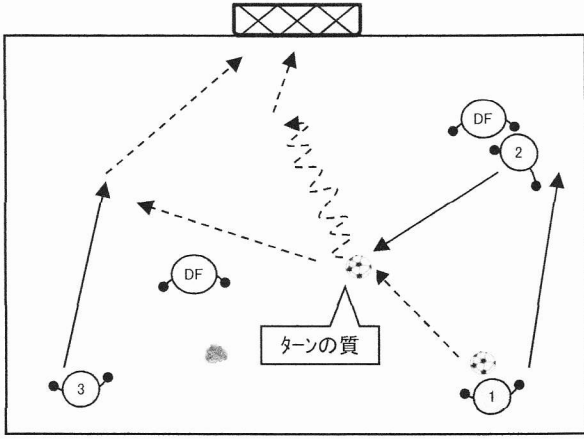
2015年度 TFA 【U-12】トレセン トレーニングレポート

日時：2015年4月4日（土）14～17時

場所：日岡山公園人工芝グラウンド

テーマ：「関わり」から「フィニッシュ」

スタッフ：為則

<p>W-UP</p>  <p>15m×15m 10人でボール3 足元にパス→パスを出したらスペースに移動 スペースにパス→スペースの作り方、見つけ方→視野の確保 ※徐々にスピードアップ ※ボール2にし、鬼2人</p>	<p>TR 2</p>  <p>15m×20m 4vs4+GK センターラインで攻守を分ける 攻めの際は守から攻へ1人移動(3vs2の攻防) ※攻守の切替え</p>
<p>TR 1</p>  <p>10m×15m 2vs2から3vs2に展開→フィニッシュ ②はDF間のスペースでパスを受け、パスorドリブルの選択肢 ①③は次の予測の動き DFは②がパスを受けた後、シュート阻止のポジションング</p>	<p>GAME</p> <p>8vs8 ※GKからのビルドアップ</p>

- ▶ 人の動き
- - - - -▶ ボールの動き
- 〰〰〰〰〰〰▶ ドリブル

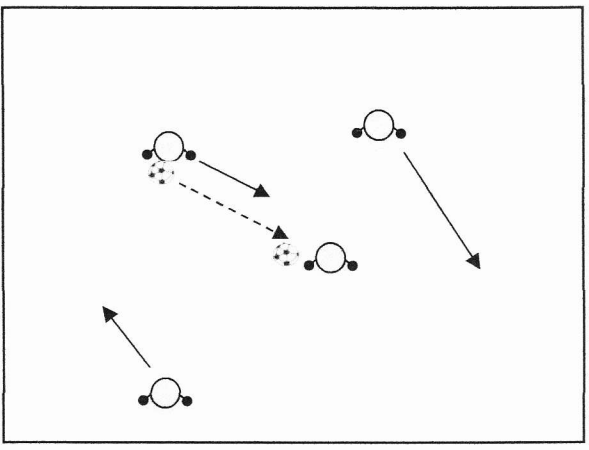
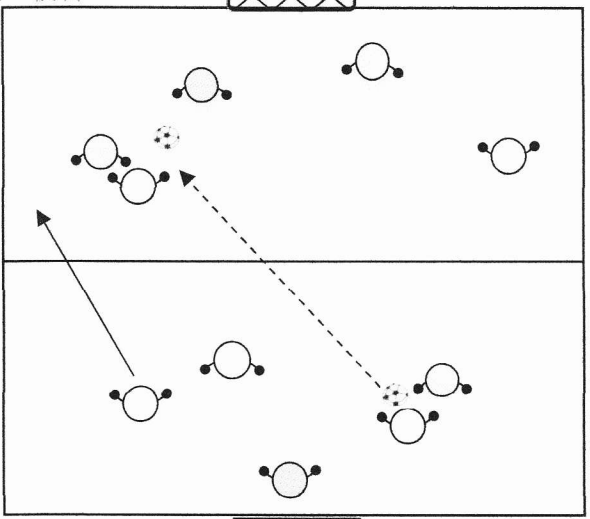
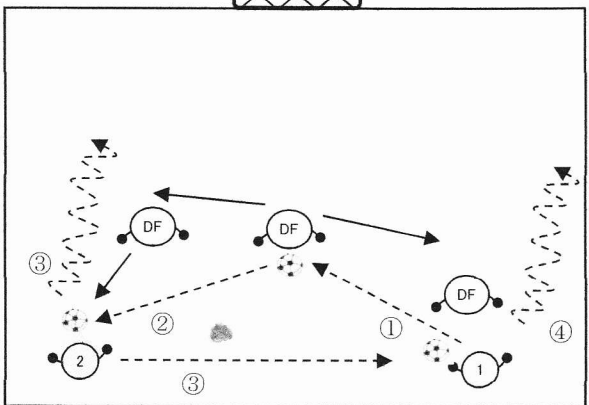
2015年度 TFA 【U-12】トレセン トレーニングレポート

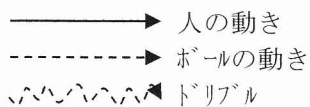
日時：2015年6月6日（土）14～17時

場所：日岡山公園人工芝グラウンド

テーマ：攻守において数的優位を作り、「守り切る」「攻め切る」

スタッフ：為則

<p>W-UP</p>  <p>■オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・5mx5m ・グリッドの中で3対1 ・パスしたらアプローチ <p>■KeyFactor</p> <ul style="list-style-type: none"> ・奪う、奪われない ・有効な三角形を常にイメージ ・パススピード ・ファーストタッチ ・ターン、質、方向 	<p>TR 2</p> <p>※前回の復習+α</p>  <p>■オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・15mx20m ・4vs4+GK ・センターラインで攻守を分ける ・攻めの際は守から攻へ1人移動 <p>■KeyFactor</p> <ul style="list-style-type: none"> ・攻守の切替え ・攻守においてスペースの意識 ・数的数位からフィニッシュ ・GKの守への参加
<p>TR 1</p>  <p>■オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・10mx15m ・2vs3 ・ボール位置でセカンドDFの位置決定 <p>■KeyFactor</p> <ul style="list-style-type: none"> ・3人で守り切る ・チャレンジ&カバー ・力強いファーストDF ・セカンドDFの寄せのスピード ・声での連携 	<p>GAME</p> <p>8vs8</p> <p>■KeyFactor</p> <ul style="list-style-type: none"> ・GKからのビルドアップ ・攻守の切替え ・攻守において数的優位から自分達のペースを作る



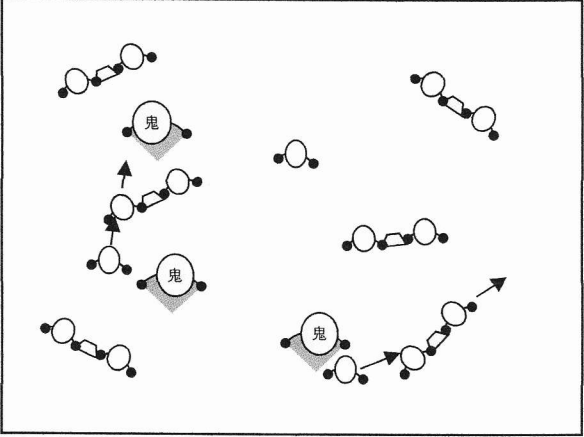
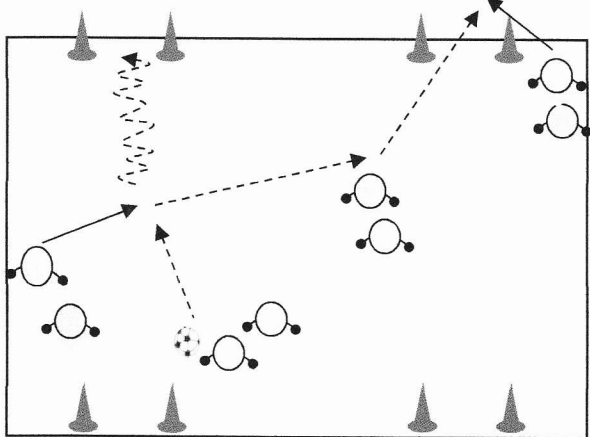
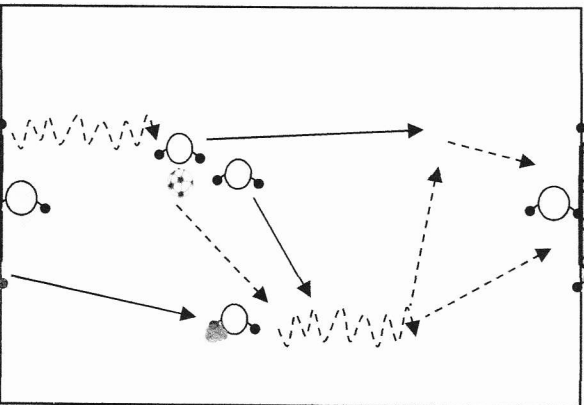
2015年度 TFA 【U-12】トレセン トレーニングレポート

日時：2015年7月20日（月）16～19時

場所：日岡山公園人工芝グラウンド

テーマ：奪い切る、奪ってからのアイデア

スタッフ：為則

<p>W-UP</p> <p>追い出し鬼ごっこ</p>  <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div data-bbox="55 907 399 1120"> <p>■オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・15mx15m ・マーカー6個 ・ボール3個(展開→鬼ドリブル) ・ボール3個(展開→逃げドリブル) ・名前を呼んで待ちを追い出す ・タッチ後、有利なパスの受渡し </div> <div data-bbox="454 907 654 1019"> <p>■KeyFactor</p> <ul style="list-style-type: none"> ・楽しく ・スペース、状況判断 ・チームワーク </div> </div>	<p>TR 2</p> <p>4vs4(コーンゴール)</p>  <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div data-bbox="805 907 1141 1120"> <p>■オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・20mx30m ・コーンゴール4セット ・全てのゴールを狙える ・ドリブル通過1点 ・ゴール後ろでパスを受けたら2点 ・続けて違うゴールを狙う </div> <div data-bbox="1157 907 1516 1120"> <p>■KeyFactor</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ファーストDF、セカンドDF ・奪ってからの展開 ・どのゴールをどのように狙うか? ・パスの質、スピード ・動き出しのタイミング ・常に動きながらのプレー </div> </div>
<p>TR 1</p> <p>2vs1+GK</p>  <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div data-bbox="55 1680 726 1803"> <p>■オーガナイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・20mx30m ・2人で攻め、シュート(ボールアウト)したら、蹴った選手がアウト、残りがDF →相手チームが2人で攻め </div> <div data-bbox="55 1825 470 1892"> <p>■KeyFactor</p> <p>(守)集中力、攻守の切替え、ファーストチャレンジ</p> </div> </div>	<p>GAME</p> <p>8vs8</p> <div data-bbox="869 1310 1292 1489"> <p>■KeyFactor</p> <ul style="list-style-type: none"> ・GKもFPの1人 ・厳しくチャレンジ→必ず奪う ・相手と相手の中でボールを受ける勇氣 ・短く横への展開 </div>

—————▶ 人の動き
 - - - - -▶ ボールの動き
 ~~~~~▶ ドリブル

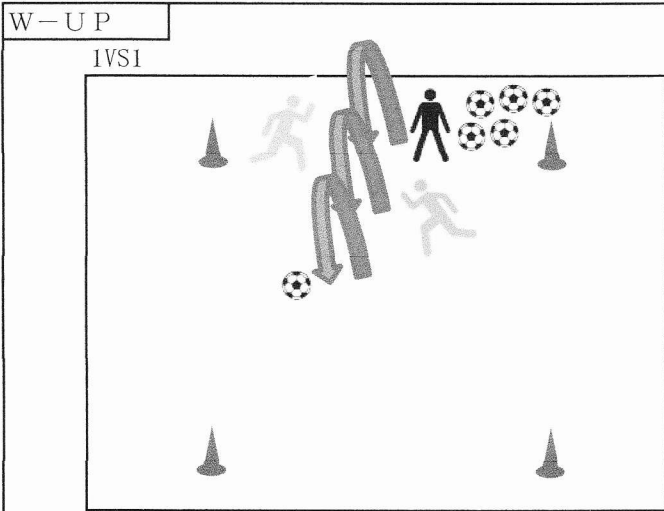


日時：2015年11月07日（土）14時00分～17時

場所：日岡山公園人工芝グラウンド

テーマ：素早いプレスで相手の自由を奪う

スタッフ：為則

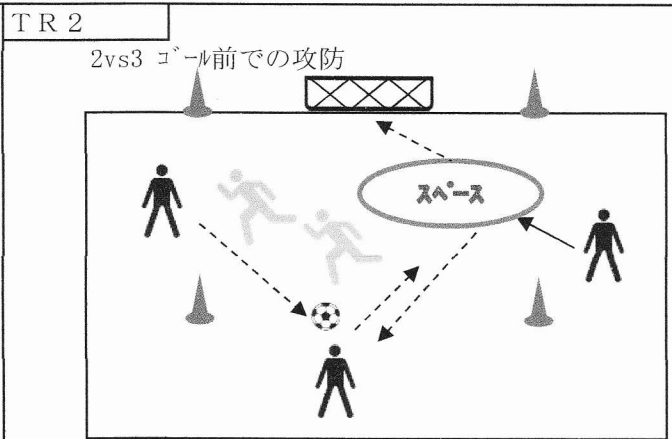


■オーガナイズ

- ・10mx15m
- ・2バウンドするまで競り合い
- ・2バウンド後、1vs1開始
- ・ドリブルでグリッドを出た選手の勝ち

■KeyFactor

- ・素早いプレス
- ・有利な態勢

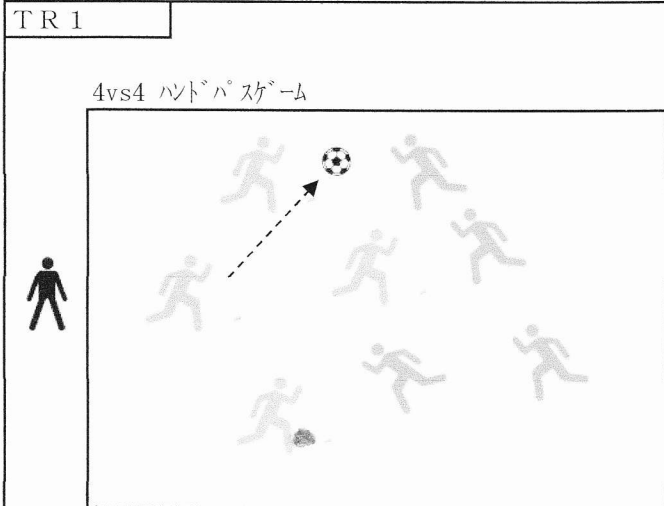


■オーガナイズ

- ・ゴール前に適度な大きさのグリッド
- (攻)グリッド上でパス→スペースに侵入→シュート→シュート出来なければリトライ
- ※グリッド内に入れるのは1人
- ※グリッド外からのシュートOK

■KeyFactor

- (守)素早いプレスでパスコースを潰す
- ボールの動き共にポジション修正
- (攻)ゴールを奪うためのアイデア

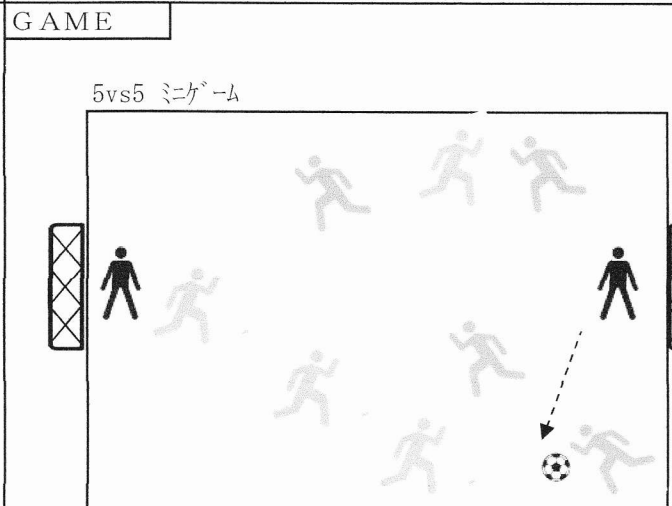


■オーガナイズ

- ・18mx24m
- ・ポスト2人
- ・ボール保持後は3ステップまでにパス
- ・センター以上のロングパス禁止
- ・保持したボールは奪わない

■KeyFactor

- ・素早いプレス
- ・ファーストDF、セントDFのポジショニング
- ・インターセプトの意識
- ・スペースでのパスシートのイメージ
- ・足でも



■オーガナイズ

- ・20mx30m
- ・ミニゴール2個

■KeyFactor

- ・GKからは必ずビルトアップ
- ・素早いプレス
- ・ボールも人も動き、常に有利な状況を作るイメージ

—————▶ 人の動き  
 - - - - -▶ ボールの動き  
 ♪♪♪♪♪▶ ドリブル