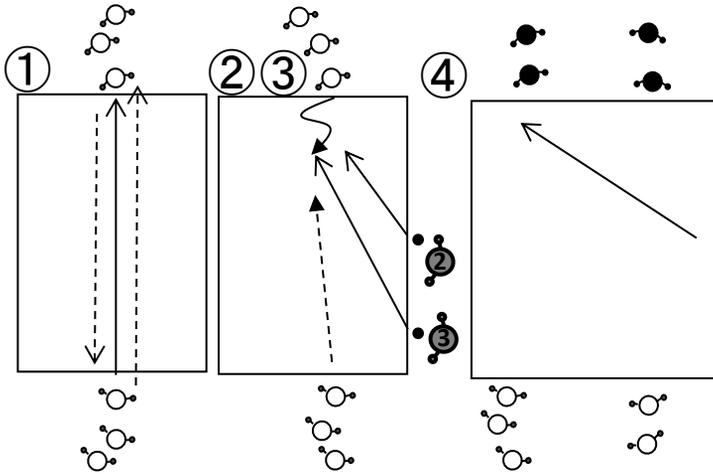


W-up

パス&コントロール～1vs1～2vs2



【オーガナイズ】

(1) 大きさ：①～③15m×10m ④15m×15m

(2) 用具：ボール、マーカー

(3) 方法：5～6人組で対面パス

①対面パス：様々な条件を適宜加えながら
(コントロールする部位、コントロールから
フェイントいれてパス、自分で浮かせて
ウェッジコントロールなど)

②1vs1 コーチから配球

③1vs1 長い距離のアプローチ

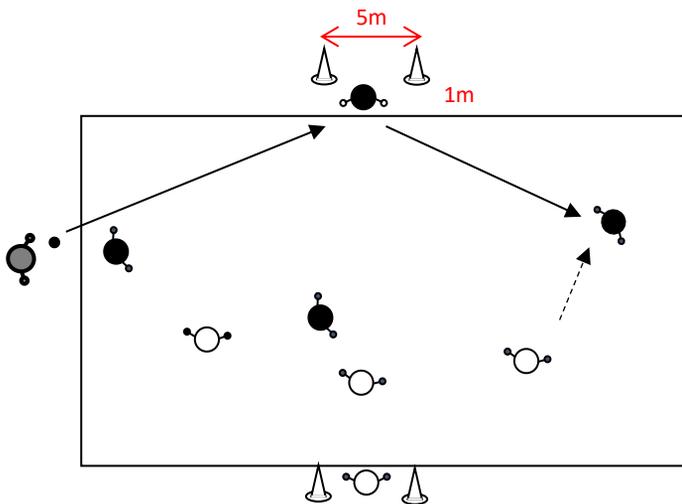
④2vs2 ラインゴール

KEY FACTOR

- ・ステップワーク
- ・アプローチ、構え
- ・粘り強い守備 (最後まであきらめない)
- ・コミュニケーション

Tr.1

3vs3+サーバー



【オーガナイズ】

(1) 大きさ：25m×25～30m

(2) 用具：ボール、コーン、マーカー、ビブス

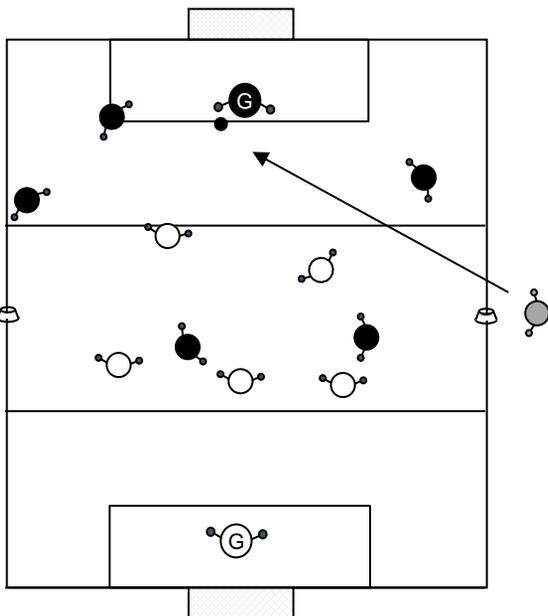
(3) 方法

- ・コーチからサーバーへ配球でスタート
- ・攻撃側はラインをドリブル突破または
ゲートへのパス
- ・サーバーは守備あり
- ・サーバーへの制限あり (バックパスなし⇒あり)

KEY FACTOR

- ・ポジショニング
- ・観る、観ておく
- ・予測
- ・1stDFの決定
- ・コミュニケーション
- ・1stDFの状況に応じたポジショニング判断
- ・チャレンジ&カバー
- ・粘り強い守備 (最後まであきらめない)
- ・攻守の切り替え

Tr.2 6vs6



【オーガナイズ】

- (1) 大きさ：50m×40m
- (2) 用具：ボール、ゴール、マーカー、ビブス
- (3) 方法
 - ・フォーメーションは1-3-2で行う
 - ・コーチからの配球でスタート
 ⇒ゴールキックからスタート
 ※ゴールキックはゴールキックルールでスタート

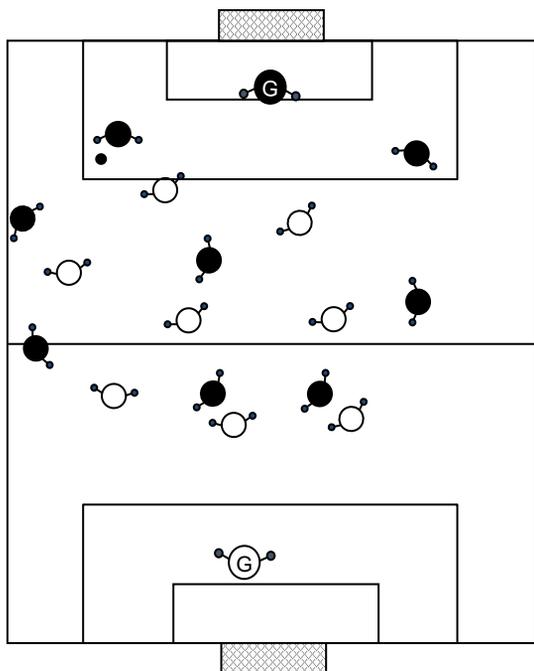
KEY FACTOR

- ・ポジショニング
- ・観る、観ておく
- ・予測
- ・1stDFの決定
- ・コミュニケーション
- ・1stDFの状況に応じたポジショニング、判断
- ・チャレンジ&カバー
- ・粘り強い守備（最後まであきらめない）
- ・攻守の切り替え
- ・GPとの連携

GP
ポイント

- 観る(状況把握)
- 状況に合わせた適切なポジションを攻守において取り続ける
- 味方とのコミュニケーション
- ボールを奪うチャンスを逃さない
- 構えるタイミングとその姿勢
- テクニックの発揮

Game 9vs9



【オーガナイズ】

- (1) 大きさ：80~83m×54m
- (2) 用具：ボール、ゴール、マーカー、ビブス
- (3) 方法
 - ・フォーメーションは1-3-3-2で行う
 - ・アウト・オブ・プレーはスローイン、ゴールキック、コーナーキックで行う
 ※ゴールキックはゴールキックルールでスタート

KEY FACTOR

- ・ポジショニング
- ・観る、観ておく
- ・予測
- ・1stDFの決定
- ・コミュニケーション
- ・1stDFの状況に応じたポジショニング、判断
- ・チャレンジ&カバー
- ・粘り強い守備（最後まであきらめない）
- ・攻守の切り替え
- ・GPとの連携

GP
ポイント

- 攻守に関わり続ける意識(コミュニケーション・ポジショニング)
- 【守備】スペースとゴールを守る 【攻撃】優先順位