

実施日	2023年11月11日(土)	氏名	渡井 将造
テーマ	シュートストップ		

W-UP【シュート】15～20分

<ルール>

- ・ゴールから17mのポイント(中央)から横パスを入れる。
- ・コントロールしてシュート
- ・ステップアップ→横パスの距離を広げる。

<KeyFactor>

- ・ボールの移動より速くポジションに入る
- ・適したステップとスピード
- ・構えのタイミング 構えの基本
- ・ローリングダウン・ダイビングの形
- ・姿勢を保って移動する

(留意点)

- ・コーチは持ち出しを入れ、シュートを打てるようにする。
- ・コントロールをかえる

TR1【2対2+GP】20分(33m×35m)

<KeyFactor>

- ・ボールの位置とプレー予測に適したポジション
- ・構えのタイミング 構えの基本
- ・ボールの移動より速くポジションに入る
- ・ローリングダウン・ダイビングの形
- ・姿勢を保って移動する
- ・相手から見て、ゴール中央に立つ
- ・連続したポジション移動
- ・インなし

<ルール>

- ・コートサイズはPA2つ分
- ・配球はGPから
- ・オフサイド、コーナー、スロ

TR2【5対5】25分(35m×45m)

<ルール>

- ・スローインはなし
- ・コーナーもなし
- ・配球はGPから
- ・オフサイドはあり

<KeyFactor>

- ・ボールの位置とプレー予測に適したポジション
- ・構えのタイミング 構えの基本
- ・ボールの移動より速くポジションに入る
- ・姿勢を保って移動する
- ・相手から見て、ゴール中央に立つ
- ・連続したポジション移動
- ・DFライン裏のケア

Game【7対7(1-2-3-1)】(45m×68(64)m)

<ルール>

- ・サッカーのルールと同様。
- ・シュートが出るよう

<KeyFactor>

- ・ボールの位置とプレー予測に適したポジション
- ・構えのタイミング 構えの基本
- ・ボールの移動より速くポジションに入る
- ・姿勢を保って移動する
- ・相手から見て、ゴール中央に立つ
- ・連続したポジション移動
- ・DFライン裏のケア
- ・見て判断する。(ポジション、プレー)

Key Factor

1. ボールの位置とプレーに適したポジション
2. 構えのタイミング、構えの基本
3. ボールの移動より速くポジションに入る。
4. ローリングダウン、ダイビングの形
5. 相手から見てゴール中央に立つ
6. 連続したポジション移動
7. DFライン裏のケア
8. 見て判断する(ポジション、プレー)

