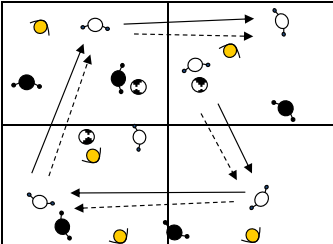
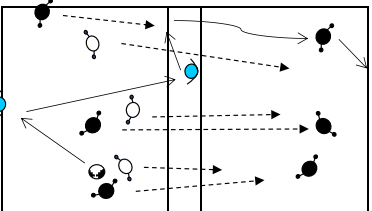
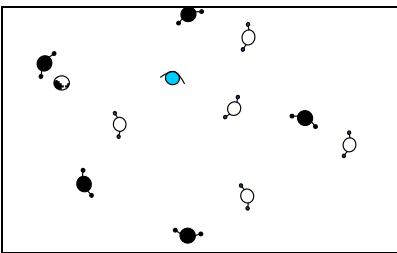
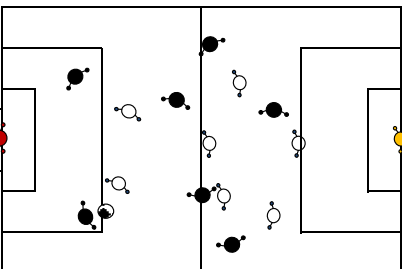


《 トレーニングレポート 》

実施日	2022年 11 月 2 日 (水) 19:00 ~ 20:30			天気	
場所	スポーツの杜鈴鹿	ピッチ	人工芝	コンディション	良
テーマ「 観て判断する・関わる (高いインテンシティのなかで) 」				オーガナイズ	
W-UP	バスコン		TR 1	3対3+3サーバー	
(1) 大きさ	15m×15m×4グリッド		(1) 大きさ	30m×20m+3m+30m×20m	
(2) 方法	3グループグリッド順バスコン (移動)		(2) 方法	3対3+2サーバーで中ゴールをドリブルかパスで突破。オフサイドは中ゴール。ドリブルを移動したらサーバーに当てて逆ゴールへ攻める。守備側は奪って直ぐに突破しても良い。コチから配給。	
					
<p>【キーファクター】</p> <ul style="list-style-type: none"> 観る・情報を集める。ステップワーク。 混戦の中でぶつからない、スペースを見つける受け方 方向を意識したファーストタッチ 判断を速く・変える 動きながらのパス&コントロール 			<p>【キーファクター】</p> <ul style="list-style-type: none"> 優先順位 (仕掛ける・背後を狙う) コンビネーション (ワンツー・三人目)・観て駆け引き 動きながらのパス&コントロール マークの原則 チャレンジのプライオリティ マークとコースとスペースを同時に意識 		
TR 2	5対5+F ラインゴール		ゲーム	7対7+6k	
(1) 大きさ	50m×40m		(1) 大きさ	少年用コート	
(2) 方法	アウトオブプレーはコーチから配給。Fは常に攻撃側にサポート。(2タッチ)		(2) 方法	<ul style="list-style-type: none"> 2:3:2or2:4:1システム ノーマルなゲーム 	
					
<p>【キーファクター】</p> <ul style="list-style-type: none"> 幅と深さ⇒オフのポジション 優先順位とサイドチェンジ コンビネーション 動きながらのパス&コントロール 守備のインテンシティと攻守の切り替え 			<p>【キーファクター】</p> <ul style="list-style-type: none"> チラ見⇒観て駆け引き 優先順位 (ゴールへ向かうポゼッション) 幅と深さ、オフのバランス 動きながらのパス&コントロール 守備のインテンシティと攻守の切り替え 		

〈TRの振り返り〉

本日も、前回と同等以上のインテンシティの中でトレーニングを積み上げることが出来た。バスコンから精度にこだわりのつ、受けるタイミング、ボールの移動中にチラ見すること等を意識して取り組んだ。積極的にチャレンジすることで、アクティブなミスも見られたが、徐々に精度は高まっていった。TR1では背後のパスコースを消しながら、スペースも守られて、マークの選手へチャレンジできるポジションを3人でとり続けながらボールを奪うことを求めた。その中で攻撃はパススピードで剥がしたり、ワンタッチで剥がしたり、コンビネーションや3人目が関わり剥がすことを落とし込んだ。TR2では3-2の2ラインを形成しながら、幅と深さとフリーマンを有効に使い、いつ真ん中へ縦パスを入れるのかを窺いながらDFを動かし、今というタイミングを共有しワンタッチや背後への抜け出し、コンビネーションや3人目が関わり等でライン突破を狙うシーンが多く、TR1での積み上げが顕著に表れた。GAMEにおいても高いインテンシティの中で、相手を窺いアグレッシブに戦う場面が多々見られた。引き続き、時間とスペースが限られた環境の中で相手を窺いながら、効果的に攻撃し得点を奪うスキルや判断にフォーカスしていきたい。