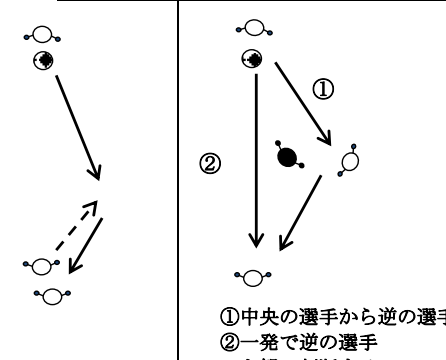
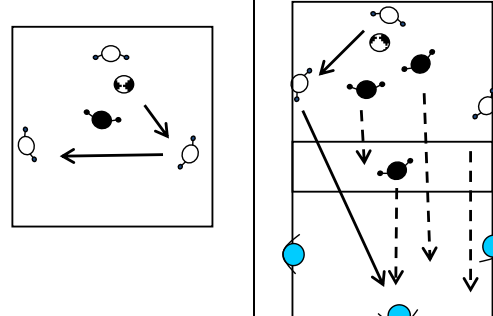
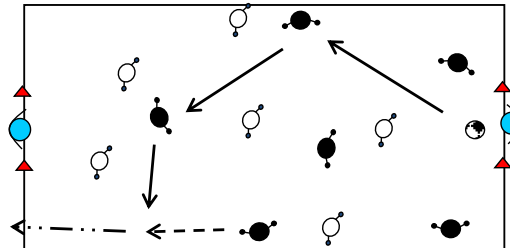
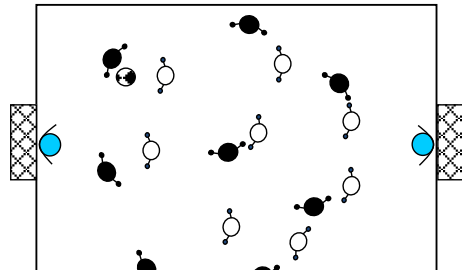


| | | | | | |
|--|--|-----|---|---|----|
| 実施日 | 2022年 11 月 30 日 (水) 19:00 ~ 20:30 | | | 天気 | 晴れ |
| 場所 | スポーツの杜鈴鹿 | ピッチ | 人工芝 | コンディション | 良 |
| テーマ「 プライオリティーの確認 With 津工業TOPチーム」 | | | オーガナイズ | | |
| W-UP | パス&コントロール | | TR 1 | 3vs1 / 3vs3+3 | |
| (1) 大きさ | 25m | | (1) 大きさ | 8m×8m / 20m×8m | |
| (2) 方法 | 5人組でパス&コントロール 途中でDF有 ⇒ コンビネーションをつくる | | (2) 方法 | ①絶対3タッチ ②1タッチ 奪われたら切りかてDF ・4回パスをつないだら逆ドリッドへ展開OK ・アンダー3タッチ | |
|  <p>①中央の選手から逆の選手 ②一発で逆の選手 DFをみて判断する</p> | | |  | | |
| <p>【キーファクター】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・パススピード ・ファーストタッチ ・進行方向の意識 ・体の向き | | | <p>【キーファクター】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ファーストタッチ ⇒何となく足元に止めない ・DFの逆を取る ・DFの間合い ⇒奪いに行く | | |
| TR 2 | 6vs6+2S | | ゲーム | 8vs8+GK | |
| (1) 大きさ | 50m×40m (サーバーは10m) | | (1) 大きさ | 68m×50m | |
| (2) 方法 | ・ラインゲーム ・自陣：フリータッチ 相手陣：アンダー3タッチ | | (2) 方法 | ・4チーム総当たり ・2コート | |
|  | | |  | | |
| <p>【キーファクター】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・攻守において優先順位 ・サーバーを意識した駆け引き ・コンビネーション(ワンツー・3人目) ・ボールを奪いに行く ・チャレンジ&カバー | | | <p>【キーファクター】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・攻守においての優先順位 ・背後へのアクション ・ボールを運ぶ(パス・ドリブル) ・ボールとの間合いを詰める ・チャレンジ&カバー ・ボールを奪う | | |
| <p>〈TRの振り返り〉</p> <p>本日のトレーニングは津工業高校のTOPチームと合同で行い、高校年代のスピード・強度を身をもって感じる事ができた。</p> <p>パス&コントロールでのパススピードは日ごろから意識しているためできていたが、パスがずれたときのリカバリー能力やボールを止めて蹴るまでのスムーズさは今後の課題であった。</p> <p>TR1、TR2では、攻守の切り替えやボールを動かすことを中心にオーガナイズしていたが、DF面での間合いが遠く、意図的にボールを奪う局面をつくる事ができなかった。また、攻撃面では、判断のスピードが遅いため、相手に引っ掛かる場面が多々見られた。</p> <p>GAMEにおいて、序盤は高校生との差を縮めるための工夫や積極性がなくプレーをしていたが、終盤では、ゴール前の仕掛けなどが出来た。様々な局面や環境に早く順応していくことも良い選手の条件であることや、予測や守備の間合いの課題は今回のトレーニングで体感することができた。引き続き、高いインテンシティの中で、判断・分析し、正確にプレーをする質の向上を求めていきたい。</p> | | | | | |