

## 2023 津地区 第1回 MTK 実施報告書

2023.7.26(水) 18:30~20:30

河芸第2グラウンド

参加者数 17名

第1回津地区MTKは、三重県サッカー協会FAコーチ樋口士郎氏に津トレセンU12選手を対象に「ポゼッション」をテーマに指導実践をしていただいた。

### 【W-UP：パス&コントロール】

2人同時にパスを受けるために動き、パスが出なかった選手は深さを取って動き直す。これを両サイドで繰り返し行う。

コーチングがあったのは、以下の3点であった。

①ボールの移動中に「チラ見」をしておく。

②遠い足でパスを受けて体の向きをつくる。

③深さをしっかりとる（\*今日のポイント）。

コーチング後の選手達は、高い意識を持ってプレーしているのを感じた。



### 【TR1：3対2+1+3（6対3）】

ポゼッションしながら逆グリッドへのパスを狙うために、ボールを持っていない選手のポジショニングについてコーチングがあった。「DFが嫌がるポジションはどこだろう？」優先順位を考え、幅と深さを取ることでスムーズな展開が見られるようになった。



### 【TR2：6対6+F（7対6）ラインゴール】

TR1と同様、ゴールへ向かうポゼッションの優先順位を考えた体の向きとポジショニング（幅と深さ）の確認後は、連動した動きが見られるようになっていった。

### 【ゲーム：7対7+GK】

ゲームになると幅と深さ、サイドが高い位置をとるといった意識が薄れてしまった。細かく丁寧なコーチングにより選手達のプレーが改善され、ゴールへ向かう回数が増えていった。

