

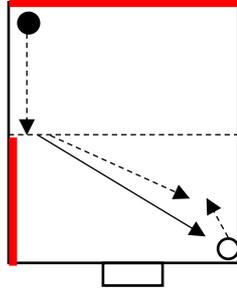
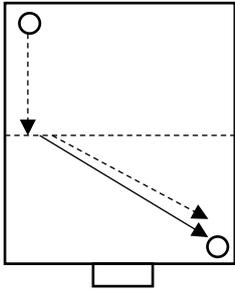
PJY キャンプ 指導計画書



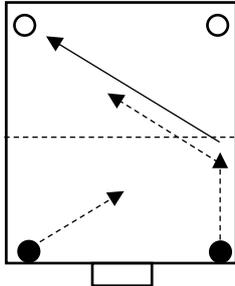
実施日	2020年 8月 30日 (日)	氏名	山口 正悟
テーマ	テーマNo. ビルドアップの妨害		

W-UP

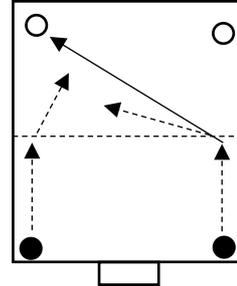
- ① パス → チャレンジ ② パス → 1vs1



- ③ 2vs1+1

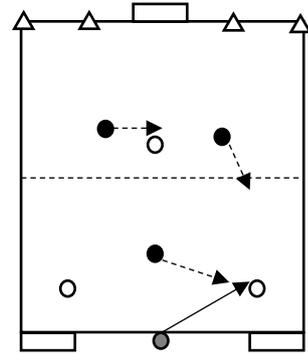


- ④ 2vs2



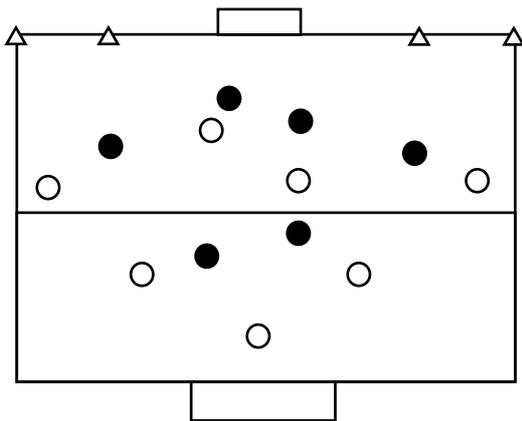
TR1 3vs3+S

- 縦20m×横16m
- セパレート 2vs1+S+1vs2
- ドリブルイン・パスイン可能
- S へのリターンパスなし→S へのリターンパスあり
- 中央線は多少越えても可能(攻撃・守備)
- 攻撃は3ゴール(中央パス、サイドドリブル突破)
- 守備は奪ったら2ゴールにパス



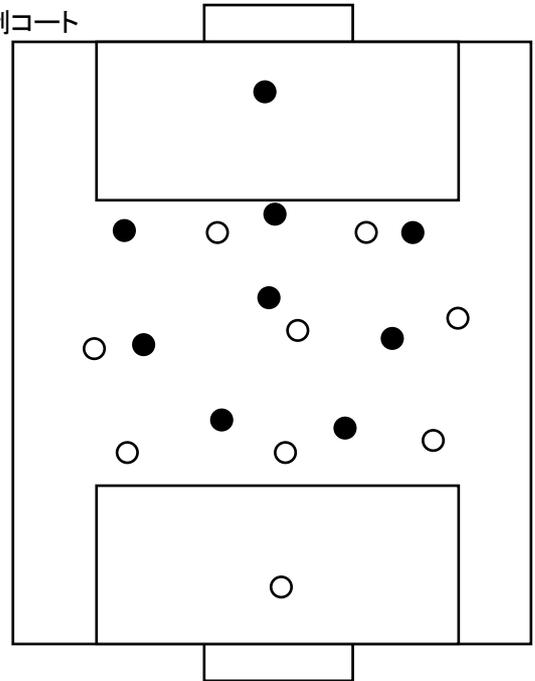
TR2 6vs6+GK

- 縦30~35m×横40~45m
- GK から攻撃スタート
- 攻撃(○)3ゴール
- 守備は奪ったら大ゴール



Game 9vs9(1-3-3-2)

- 8人制コート



Key Factor

1. チャレンジの質 (スピード、角度、距離)
2. 縦で守る (制限、誘導、予測)
3. 横で守る (連続したチャレンジ&カバー)
4. サイドへの誘導→連動してボールを奪う (プレスバック)
5. 全体のポジショニング (中央を閉め→奪うサイドの決定、捨てるスペースの共有)