

PJY キャンプ 指導計画書

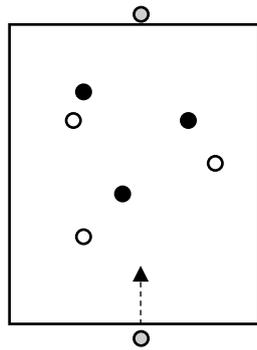
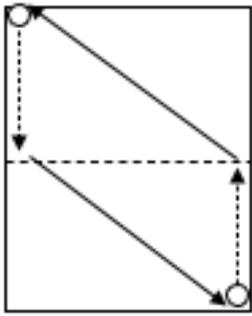


実施日	2020年 11月 8日(日)	氏名	山口 正悟
テーマ	テーマNo. 11vs11の攻撃		

W-UP ① パス&コントロール ② 2vs1+2vs1

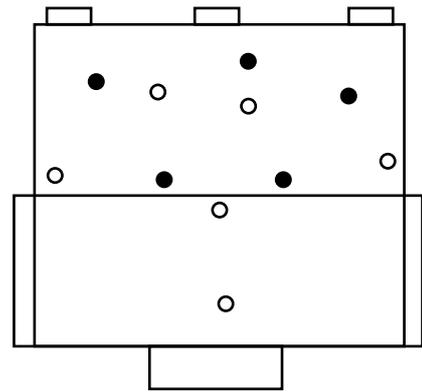
① ドリブル→パス
・左右行う

② 3vs3+2S
(Sのドリブルあり)



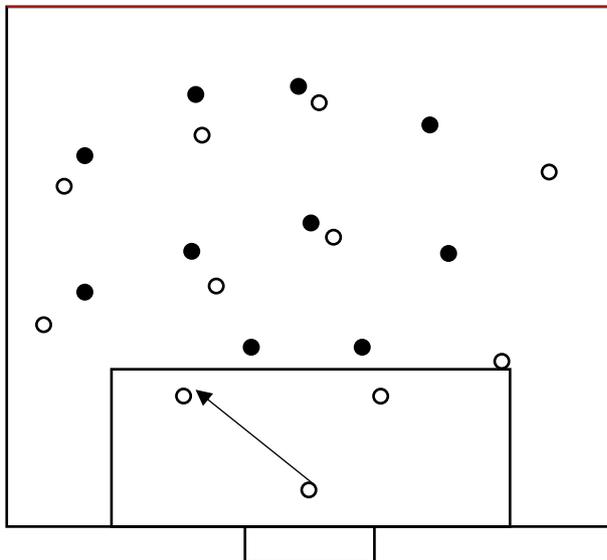
TR1 5vs5+GK

- 縦30~35m×横30~40m
- GKからの配球でスタート
- 攻撃:3つのミニゴール、守備:奪って大ゴール
- 3~5分で攻守交代(全4~6セット)



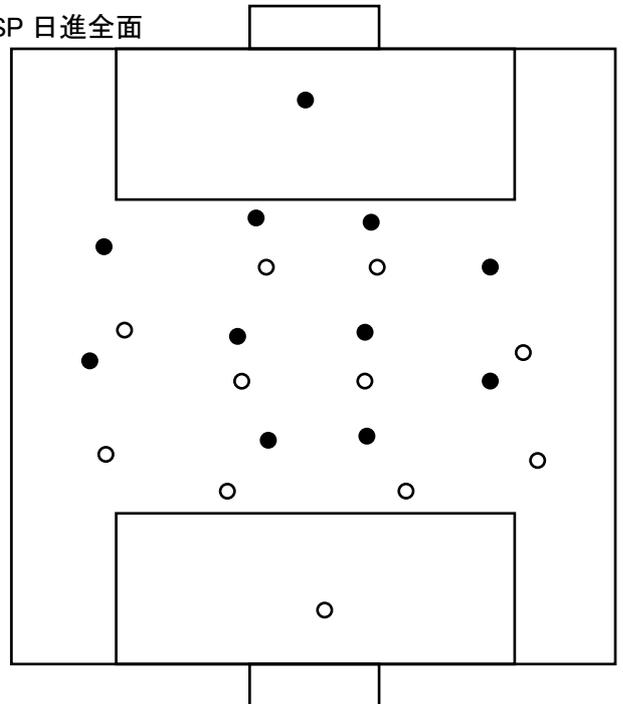
TR2 11vs10 ライン突破

- 縦60~70m×横50~60m
- GKからの配球でスタート
- 攻撃:ライン突破、守備:奪ってゴール



Game 11vs11(1-4-4-2)

- SP 日進全面



Key Factor

1. パス&コントロールの質
2. 動き出しのタイミング
3. 前進と保持のバランス
4. 全体のポジショニング
5. プレースピードのコントロール
6. 連動—連続した関わり