

2017/2018 遠紋エリアトレセン通信

遠紋エリア U12/U13

チーフ 穴田大樹



日 時 7月17日(月)

場 所 上湧別運動広場

参加選手 32名

参加指導者 4名

トレーニングテーマ:ボールフィーリング・ドリブル

<トレーニングメニュー>

①W-up

- パス&コントロール(菱形)

②Tr.1

- 5対5 ドリブルゲーム
(5ゲートゴール)

③Tr.2

- 4対4+GK

④ゲーム

- 8対8

第3回はボールフィーリング・ドリブルというテーマでと Tr を行いました。w-up では、菱形のパスコンを行い、前回課題としてみえた広い視野でオープンにコントロールする技術の獲得を目指しました。選手も前回の課題意識を持って Tr できたため、スムーズに Tr を行うことができました。Tr.1 は5ゴールの5対5を行いました。ゲートゴールをドリブル通過することで得点できるオーガナイズとし、空いているゴール、スペースを目指してボールを運ぶことに重点を置きました。W-up での積み上げも意識し、味方から受けたボールの置き所

にもこだわりながら Tr を進め、狭い局面から広い局面への展開が多く見られるようになりました。Tr2 は4対4+GK を行い、これまでの積み上げを実践の中で活かせることを目指しました。実践の中では、判断が遅れたり、オープンなトラップがうまくいかない場面もみられましたが、GKを含め、落ち着いたボール運びができるようになってきたと感じています。最後のゲームでは、空いたスペースに積極的に走り込んだり、ドリブルでボールを運ぶ場面が度々みられ、本日のテーマを意識してゲームに取り組む選手が多くみられました。

次回のトレーニング予定
日にち 9月18日(月)
場 所 上湧別運動広場
時 間 9:00~11:30

※8月27日(日)のトレセンデー
👉3種中心のエリア交流戦予定
北見市若松橋 G 予定です
参加選手は後日案内します

