

U11 茅ヶ崎トレーニングセンター 2011

2012年 5月19日 土曜日 時間 18:00 ~ 19:30

天候 ☁️ 🌧️ 🌂

トレーニング・テーマ

攻撃

GK FP 見学 欠席

NO	選手名	チーム名	time
1	田中 颯	松林 4	18:00
2	村田 龍声	東海岸 10	18:05
3	原田 洸太	8 504	
4	小田切 志遠	浜見平 24	
5	斎藤 幹太	浜見平 13	
6	東野 聖	浜見平 14	
7	鈴木 拓樹	小和田 42	
8	川内 泰樹	小出 36	18:15
9	堀江 勝海	12 浜見平	
10	今井 湧哉	50.4 44	
11	中村 航	小和田 6	
12	酒井 蓮	50.4 9	
13	木下 翼	東海岸 26	
14	鈴木 康平	19 鶴嶺	
15	平木 拓海	東海岸 27	
16	海田 陸	20 鶴嶺	18:20
17	近藤 匠	28 梅田	
18	難波 八尋	松林 35	
19	真島 康希	37 松浪	
20	山田 恭瑚	39 鶴嶺	
21	内田 健登	46 浜須賀	
22			
23			18:45
24	相馬 良似斗	浜見平 61	
25	三堀 峻	小出 71	
26			
27			
28			
29			19:30
			19:40
30			19:50

トレーニング・メニュー

18:00 集合・挨拶  
18:05 W-UP  
パスシグ (GK合同)

6人組

様々なコントロール  
OP:ワンツー

18:15

18:20 3+1 vs 3+1

優先順位 予備動作

コーチから配球 幅と厚み

18:45 ゲーム 4vs4 4+GK vs 4+GK

19:30 クールダウン シュート  
19:40 グランド整備  
19:50 解散

指導ポイント

コントロールの質 (動きながら)  
パスの質  
姿勢  
観る  
観ておく (ボールの移動中に)

上記生かしながら  
観る・観ておく (ボールの移動中)  
判断 変化  
コントロールの質 (動きながら)  
パスの質  
スペースを作る・使う  
ギャップの共有

守備への働きかけ

上記を生かす

ボールを失わない

仕掛けるタイミング  
どこで ・ いつ ・ なぜ

攻守の切り替えの速さ

守備への働きかけ

強・弱・質  
変化

連絡事項	次回
総評・反省	