



Una Primavera Football Club TR-SHEE

Class : ALL

Category : U9-U12

Date : 2023/06/06-30

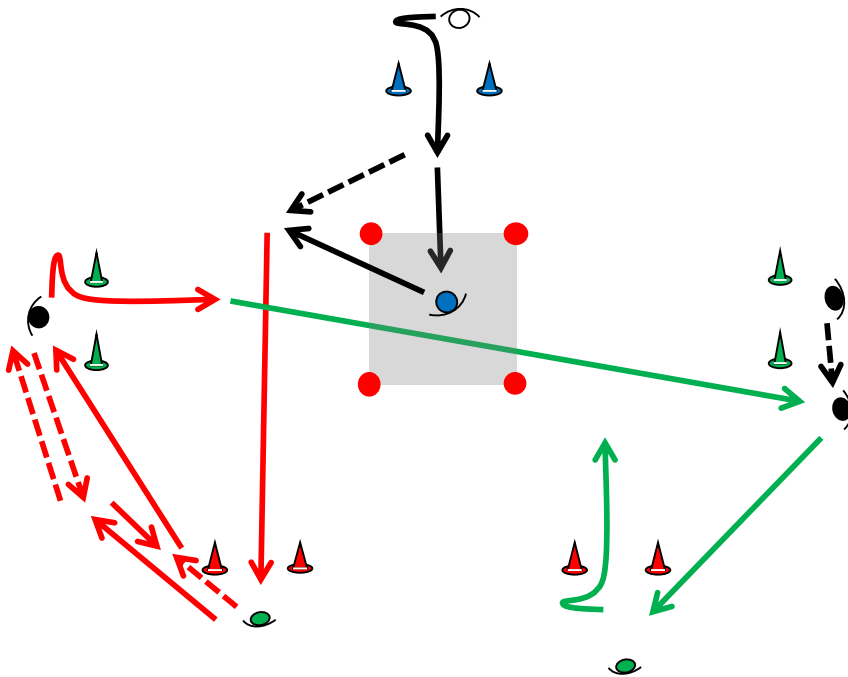
THEME

2-4 数的優位「ディキタカを活用したポゼッションと崩し」

W-UP

パス&コントロール×突破 (五角形+センター) + 6 vs 3 ポゼッション

30min



■パス&コントロール
ポゼッションの中でショートパス&ムーブで連動しながら、スイッチ・サイドチェンジ・くさび・レイオフ・スルーパス等を織り交ぜる。空いたポジションにプレイヤーが入替りながら展開する。

■ポゼッション
6vs3でポゼッション

オプション
DFのギャップをドリブル突破した選手に1ポイント

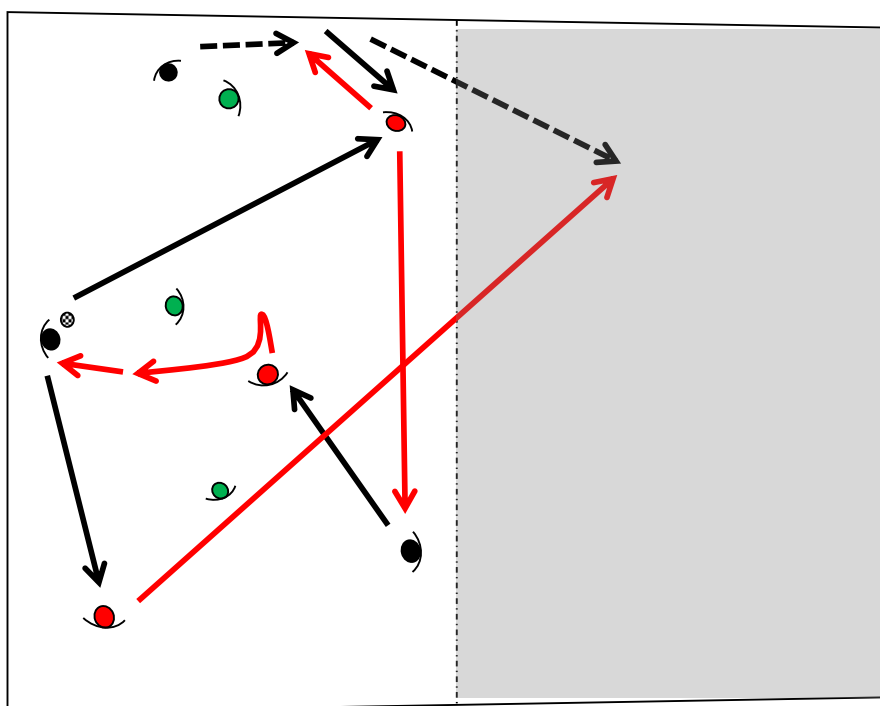
keyfactor

- ・パス&コントロールの質
 - タイミング+スピード+コース
- ・ボールの置き所
- ・インフォメーション(運びながらもルックアップ)
- ・複数の選択肢
 - パスorドリブル
- ・モビリティ(入替る動き+ショートパスの活用)
- ・コンビネーション
 - スイッチ・サイドチェンジ・くさび・レイオフ・スルーパス・ワンツウ等

TR-1

3 + 3 vs 3 ポゼッション × 崩し

30min



3人組3グループを攻撃(3+3)vs守備(3)に分けてポゼッションをする。守備はボールを奪いそのまま攻撃となり、奪われた選手と同色のグループは守備となる。

攻撃は、10本以上パスを繋いだら、反対ゾーンに展開し全員が移動、再び10本以上パスを繋いで展開+移動を繰り返す。

オプション

- ・同色へのパス禁止
- ・リターンパス禁止
- ・反対ゾーン展開時オフサイドあり
- ・パス本数の増減

keyfactor

- ・認知
 - オフザボール・運びながら
- ・判断
 - プライオリティ(優先順位)
 - ギャップ・スペース・良い状態
- ・実行
 - パス&コントロールorコンドゥクション&レガテ
 - ボールの置き所・持ち方・運び方・駆け引き
 - ・インフォメーション(運びながらもルックアップ)
 - ・モビリティ(パス&ムーブorサポート)
 - ・コンビネーション
 - スイッチ・サイドチェンジ・くさび・レイオフ・スルーパス・ワンツウ等

TR-2	5 vs 5 + 2S ドリブル突破	30min
		<p>ポジションしながら、5レーンいずれかをドリブル突破したら得点。 サイドレーン(青) 1点 ハーフスペース(黄) 3点 センターレーン(赤) 5点</p> <p>サーバー ①サポート兼キーパー ②インスタント(入替り可能)</p> <p>オプション ・タッチ制限 ・フリーマン</p> <p>keyfactor</p> <ul style="list-style-type: none"> ・テキタカ(ショートパスの活用) ・パスorドリブルの駆け引き ・モビリティ ・関わり続ける →パス&サポート(角度・距離・タイミング) →パス&ムーブ ・深みと幅 ・バランス ・コンビネーション

GAME	7 vs 7 + GK	30min
		<p>■ゲーム形式 通常ルール</p> <p>オプション ・オフサイドライン制 ・前進ゲート設置</p> <p>keyfactor</p> <ul style="list-style-type: none"> ・テーマを意識したプレーを引き出す

振り返り	フリーズ回数	W-UP	回	TR-1	回	TR-2	回	GAME	回