



# Una Primavera Football Club TR-SHEET

Class:

ALL

Category:

U9-U12

Date:

2023/09/26-10/13

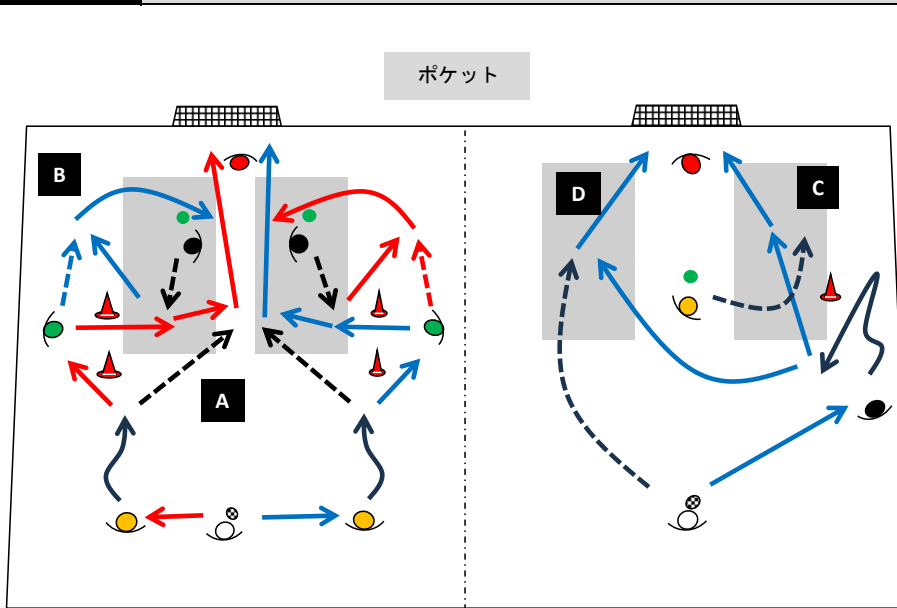
## THEME

## 2-7 数的優位「サイドの崩しからポケットへの進入」

### W-UP

### フィニッシュパターン

15min



4つのパターンでフィニッシュ。1プレーずつローテーションしながら行う。

- A: 横パス→ドリブル→パス→ギャップ→ヒール(スルー)→シュート
- B: 横パス→ドリブル→パス→ワンツ→クロス→シュート
- C: パス→ドリブル(カットバック)→スルーパス→シュート
- D: パス→ドリブル(カットバック)→クロス→シュート

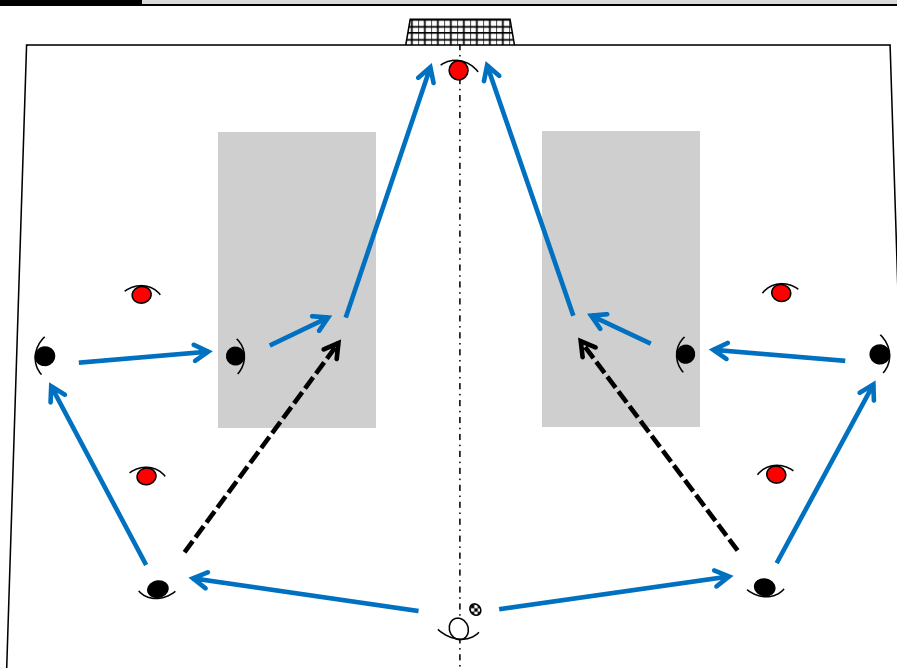
#### keyfactor

- ・関連付けされた動き出し
- ・出し手と受け手の関係性
- ・パス&コントロールの質
- ・ドリブルorパスorクロスボールの選択肢
- ・3人目の動き(逆サイドポケットへ進入)
- ・フィニッシュの質

### TR-1

### 3 vs 2 + GK

15min

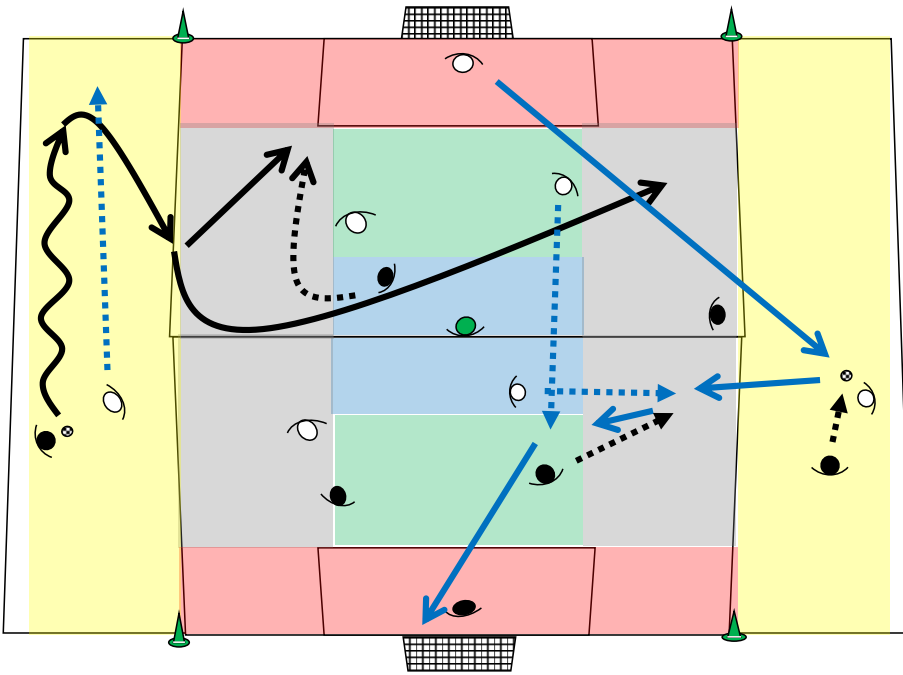


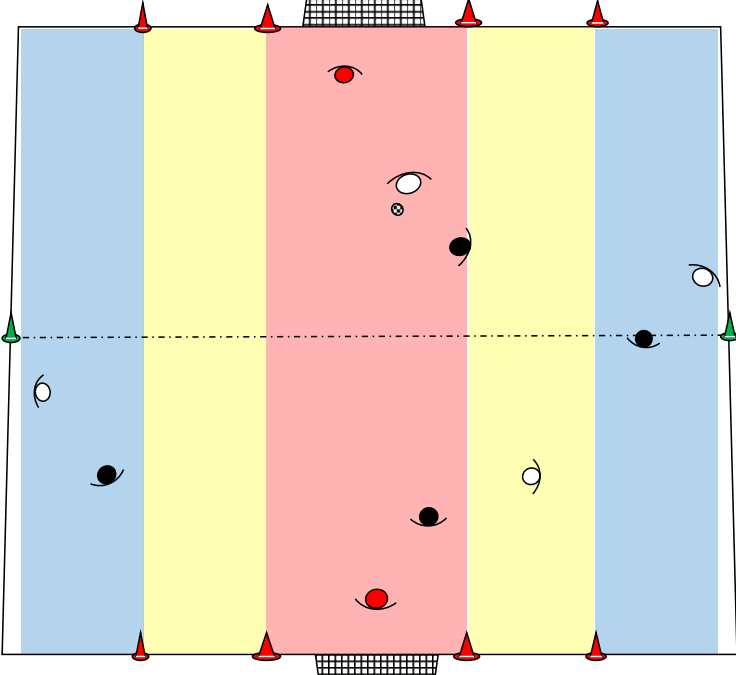
左右サイドの局面から3vs2を行う。  
※攻撃者は、逆三角形の形。  
※守備者は、縦関係の形。  
中央からボールを配球してスタート。

守備者は時間交代でローテーションする。

#### keyfactor

- ・ポケットへの進入
- ・関連付けされた動き出し
- ・出し手と受け手の関係性
- ・パス&コントロールの質
- ・ドリブルorパスorクロスボールの選択肢
- ・3人目の動き(逆サイドポケットへ進入)
- ・フィニッシュの質
- ・モビリティ
- ・チャレンジ&カバー(限定・回収)
- ・インテンシティ

<b>TR-2</b>	4 vs 4 + 1F + 2 (+ 2) クロッサー	30min
		<p>クロッサーは、ドリブルの進入可能。プレーが切れたら、クロッサーのポジションに戻る。      ※フリーマン&amp;クロッサーはフリータッチ      相手クロッサーは、2秒後から守備可能。</p> <p>※ゴールが片方しかない場合は、サーバーを付けて、守備者がサーバーに預けたら攻守交代となる。</p> <p><b>オプション</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・クロッサーにパスを出したら入れ替わる</li> <li>・オフサイドライン制</li> <li>・オフサイドなし</li> </ul> <p><b>keyfactor</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ポケットへの進入</li> <li>・関連付けされた動き出し</li> <li>・出し手と受け手の関係性</li> <li>・パス&amp;コントロールの質</li> <li>・ドリブルorパスorクロスボールの選択肢</li> <li>・3人目の動き(逆サイドポケットへ進入)</li> <li>・フィニッシュの質</li> <li>・モビリティ</li> <li>・チャレンジ&amp;カバー(限定・回収)</li> <li>・インテンシティ</li> </ul>

<b>GAME</b>	ハーフピッチ (4 vs 4 + GK) ・フルピッチ (7 vs 7 + GK)	35min
		<p>通常ルール。</p> <p>※オフサイドあり</p> <p><b>オプション</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・フィニッシュタッチ制限</li> </ul> <p><b>keyfactor</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・これまでのテーマに上積みする</li> </ul>

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

---



---



---



---



---