



# KFAコーチングスクール2014

## 《指導計画案》

日時	2014年9月12日(金)	担当	松本信一郎
テーマ	フィニッシュ	所属	新多聞SC・神戸市女子U-12

### 指導方法

**W-up** パス&コントロール→フィニッシュ (2レーン)

①ポストプレー

②1タッチコントロール

③受け方 (プルアウェイ、Vラン)

P (16X38)

- ・インパクト (筋肉の使い方)
- ・駆け引き (パサー)
- ・斜めのパス
- ・イメージを持って蹴る
- ・ボールを見る
- ※発展 3人目の動き
- ・スペースの使い方
- ・DFの動きを予測
- ・GKのタイミングを外す、枠を外さな

**TR1** 2対2+GK

(P15x40)  
(25x45)

① サーバー

②

③

- ・エリア外のサーバーが順番に配球
- ・FWはパスを受けてゴールを狙う
- ・バイタル、Pエリア内で勝負する意識付け
- ・状況に応じサーバーの1名は進入可
- ・ミドルシュートの意識
- ・リバウンドの意識
- ※発展：③のサーバー間でパス交換→①②へパス

**GAME** 4対4+2F+GK シュートゲーム

(P15x40)

- ・Wボックスでのシュートゲーム
- ・バイタル、Pエリア内で勝負する
- ・シュートチャンスを予測する
- ・リスタートはコーチからの配球で行う
- GK、ルーズボール、クロス

**KEY FACTOR**

- ・シュートテクニック
  - インパクト (ボールに力を伝える)
  - ミドルシュート：イメージを持つ
  - 1V1：タイミングを外す
- ・シュートチャンスを作る
- ・シュートチャンスを逃さない

## 《指導計画案》

実施日	2014年9月12日(金) @磯上	氏名	平 雄一
テーマ	攻撃から守備への切り替え	所属	神戸市トレセン U-13 (長坂中学校)

### 指導方法

W-UP	2 v s 2 v s 2    ロンド	10分	TR 1-2	5対5+GK	20分
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 2人1組3チームのパス回し</li> <li>・ ボールを取られたチームが DF</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 守備は3-2のツーライン</li> <li>・ 縦長のコート</li> <li>・ アウトオブプレーは全て GK から再開</li> </ul>		
TR 1	2対2+GK	15分	ゲーム	7 v s 7 +GK	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ コーチが配球</li> <li>・ シュートを撃った選手が残り、打っていない選手が交代 (ゴールの横から出てくる。)</li> </ul>					

### KEY FACTOR

1. 1stDF のアプローチ(パワーを持って)
2. 2ndDF のポジショニング
3. コースの限定
4. 予測・追い込み
5. 切り替えの早さ