

7月

GKトレーニング

		月	火	水	木	金	土	日
⑭	13			1	2	3	4	5
	14				ゲーム	スピード/反応・反射系	ゲーム	基本技術
	15				ゲーム	スピード/反応・反射系	ゲーム	ゲーム
	16			個人戦術(連続動作)	ゲーム	スピード/反応・反射系	ゲーム	ゲーム
⑮	13	6	7	8	9	10	11	12
	14		基本技術		基本技術		(基本技術)	ゲーム
	15		基本技術		個人戦術(連続動作)	スピード/反応・反射系		ゲーム
	16		基本技術	個人戦術(連続動作)	個人戦術(連続動作)	スピード/反応・反射系	ゲーム	
⑯	13	13	14	15	16	17	18	19
	14	OFF	基本技術		基本技術		(基本技術)	ゲーム
	15	OFF	基本技術		個人戦術(連続動作)	スピード/反応・反射系	ゲーム	ゲーム
	16	OFF	基本技術	個人戦術(連続動作)	個人戦術(連続動作)	スピード/反応・反射系	ゲーム	
⑰	13	20	21	22	23	24	25	26
	14	帰省 8/21まで	基本技術		個人戦術(連続動作)	スピード/反応・反射系		ゲーム
	15	帰省 8/1まで						
	16		基本技術	個人戦術(連続動作)	グループ戦術(複合TR)	スピード/反応・反射系		
⑱	13	27	28	29	30	31	8月1日	2
	14		基本技術		個人戦術(連続動作)	ゲーム	ゲーム	
	15							
	16		基本技術	個人戦術(連続動作)	帰省 8/8まで			
		テーマ	成果			課題		
【U-13】	アングルプレー ローリングダウン		手足のボールフィーリングが向上した 積極的なプレー			パス&コントロール キャッチング(胸の高さ)		
【U-14】	ディフレクティング		1対1の状況がでのドリブルへの対応			相手と味方が競っている状況下での的確な判断とプレーの実行 ボールが無いところの状況把握(バイタルエリアなど危険なところ)		
【U-15】	ディフレクティング コラブシング		Breakaway状況下でイニシアチブを持ってプレー 7/13~19 高野聡生、U-15代表キャンプ			出ないと判断した時の、ポジション修正		
【U-16】	ブレイクアウェイ		守備範囲の拡大 ボールが無いところの状況把握			ボール際の強さ 前後のポジション修正		

* 基本技術は今までどおり継続していく中で、上記の課題を修正していく。

* 1日おきに体幹トレーニングを行う。