

3月

GKトレーニング

		月	火	水	木	金	土	日
54	13	OFF	1 基本技術	2	3 基本技術	4	5 ゲーム	6 TR
	14	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	TR
	15	OFF	基本技術		ゲーム	スピード・反応/反射系	TR	ゲーム
	ユース	OFF	基本技術	基本技術	個人戦術(連続動作)	ゲーム	TR	TR
55	13	OFF	7 8 基本技術	9	10 基本技術	11	12 ゲーム	13 TR
	14	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	TR
	15	OFF	基本技術		個人戦術(連続動作)	スピード・反応/反射系	TR	TR
	ユース	OFF	フィジカル	基本技術	個人戦術(連続動作)	スピード・反応/反射系	TR	TR
56	13	OFF	14 15 ゲーム	16	17 基本技術	18	19 TR	20 ゲーム
	14	OFF	基本技術		個人戦術(連続動作)	スピード・反応/反射系	OFF	OFF
	15	OFF	帰省	帰省	帰省	帰省	帰省	帰省
	ユース	OFF	フィジカル	基本技術	個人戦術(連続動作)	スピード・反応/反射系	ゲーム	OFF
57	13	OFF	21 22 基本技術	23	24 帰省	25	26 帰省	27 帰省
	14	フランス遠征	フランス遠征	ゲーム	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征
	15	帰省	帰省	フランス遠征	個人戦術(連続動作)	浜通りフェスティバル	浜通りフェスティバル	浜通りフェスティバル
	ユース	OFF	フィジカル	基本技術	個人戦術(連続動作)	浜通りフェスティバル	浜通りフェスティバル	浜通りフェスティバル
58	13	帰省	28 29 帰省	30	31 帰省			
	14	フランス遠征	フランス遠征	帰省	フランス遠征			
	15	OFF	帰省	フランス遠征	フランス遠征			
	ユース	OFF	フィジカル	JVフェスティバル	JVフェスティバル			
		テーマ	成果			課題		
【U-13】	ローリングダウン・ダイビング クロス		キャッチング ゲームへの関わり(ビルドアップ)・具体的なコーチング			プレーする時に踏み切りが弱い GK姿勢(スタンスの幅広い、後傾) アプローチした後の構えるタイミング(BA)		
【U-14】	クロス パンチング		シュートへの反応、1vs1の対応 ゲームへの関わり(観ること・ビルドアップ) ゴール前での細かいポジショニング(前後)			ステップワーク 基本姿勢が低くなり過ぎる		
【U-15】	クロス パンチング		シュート・クロスへの守備範囲の広さ			リスクマネジメント サイドからのシュートの対応(ポジションがニアより) 指示をだしながらのポジショニング修正(ゲームの中で)		
ユース	クロス パンチング		高めのコースのシュート対応 ゲームへの関わり			ゲームを予測した指示(リスクマネジメント) パスの質 前に出ない時のコミュニケーション		

* 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。
* U13-15は1日おきに体幹トレーニングを行う。ユースは水・日に筋力トレーニング