

3月

GKトレーニング計画

		月	火	水	木	金	土	日
54	13				1 基本技術	2 基本技術	3 基本技術	4 ゲーム
	14				基本技術	スピード・反応/反射系		
	15				基本技術	スピード・反応/反射系		
	ユース				応用技術/複合	スピード・反応/反射系		
55	13	5 OFF	6 基本技術	7 基本技術	8 基本技術	9 スピード・反応/反射系	10 ゲーム	11 ゲーム
	14	OFF	基本技術	基本技術		スピード・反応/反射系		
	15	OFF	基本技術	基本技術		スピード・反応/反射系		
	ユース	OFF	フィジカル/基本技術	基本技術/連続動作	応用技術/複合	スピード・反応/反射系	ゲーム	
56	13	12 OFF	13 基本技術	14 基本技術	15 基本技術	16 スピード・反応/反射系	17 基本技術	18 ゲーム
	14	OFF	基本技術		基本技術	スピード・反応/反射系		ゲーム
	15	OFF	基本技術		基本技術	スピード・反応/反射系		ゲーム
	ユース	OFF	フィジカル/基本技術	基本技術/連続動作	応用技術/複合	スピード・反応/反射系	ゲーム	ゲーム
57	13	19 OFF	20 基本技術	21 基本技術	22 基本技術	23 基本技術	24 ゲーム	25 ゲーム
	14	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征	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	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征
	ユース	ゲーム	OFF	基本技術	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム
58	13	26 ゲーム	27 帰省	28 帰省	29 帰省	30 帰省	31 帰省	
	14	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征	OFF	
	15	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征	フランス遠征	OFF	
	ユース	OFF	ゲーム	ゲーム	ゲーム	OFF	OFF	
テーマ		成果			課題			
【U-13】	シュートストップ DFとの連携	適切なポジションを意識してとれるようになってきた。 優先順位を考慮した攻撃参加 指示の量が多くなってきている。			至近距離からのシュートに対して構えが高い。後傾する。 構えのタイミングが遅い ステップワーク			
【U-14】	シュートストップ DFとの連携	適切なポジションを意識してとれるようになってきた。 DF背後へのボールに対して積極的に飛び出し。 優先順位を考慮した攻撃参加			キャッチング 具体的なコーチング ミドルキックの質			
【U-15】	シュートストップ DFとの連携	素早いポジション修正。構えのタイミング 守備範囲が広い			DF背後へのボールに対しての判断 パスの選択の判断。つなぐのか前線へ蹴るのか。 キャッチング			
ユース	ブレイクアウェイ	近距離でのシュート対応 移動			つかむorはじくの判断 前後のポジショニングと構え			