

2月

GKトレーニング

		月	火	水	木	金	土	日
39	13 14 15 ユース	OFF OFF OFF OFF	1 基本技術 基本技術 基本技術 基本技術	2 基本技術	3 基本技術 個人戦術(連続動作) 個人戦術(連続動作) 個人戦術(連続動作)	4 スピード・反応/反射系 スピード・反応/反射系 スピード・反応/反射系 ゲーム	5 ゲーム ゲーム TR TR	6 TR TR ゲーム TR
40	13 14 15 ユース	OFF OFF OFF OFF	7 8 基本技術 基本技術 基本技術 フィジカル	9 基本技術	10 基本技術 個人戦術(連続動作) 個人戦術(連続動作) 個人戦術(連続動作)	11 ゲーム TR 相撲実習 ゲーム	12 TR ゲーム 相撲実習 TR	13 TR ゲーム 相撲実習 TR
41	13 14 15 ユース	OFF OFF OFF OFF	14 15 基本技術 基本技術 基本技術 フィジカル	16 基本技術	17 基本技術 個人戦術(連続動作) 個人戦術(連続動作) 個人戦術(連続動作)	18 スピード・反応/反射系 スピード・反応/反射系 スピード・反応/反射系 スピード・反応/反射系	19 ゲーム ゲーム TR ゲーム	20 ゲーム ゲーム TR OFF
42	13 14 15 ユース	OFF OFF OFF OFF	21 22 基本技術 基本技術 基本技術 フィジカル	23 基本技術	24 基本技術 個人戦術(連続動作) 個人戦術(連続動作) 個人戦術(連続動作)	25 スピード・反応/反射系 スピード・反応/反射系 スピード・反応/反射系 スピード・反応/反射系	26 TR ゲーム TR ゲーム	27 ゲーム TR ゲーム TR
43	13 14 15 ユース	OFF OFF OFF OFF	28					
テーマ			成 果			課 題		
【U-13】	ローリングダウン・ダイビング アングルプレー コーディネーション		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】	シュートストップ(高いコース) ステップワーク ディフレクティング		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】	シュートストップ(高いコース) ステップワーク ディフレクティング		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	シュートストップ(高いコース) ステップワーク		守備範囲の広さ 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