

実施日： 2016 年 4 月 23 日 (土)

会 場： 小平中央公園グラウンド

テーマ： パス&コントロール

## 指 導 方 法

<p>W-U P パス&amp;コントロール1</p> <p>→ 20m</p> <p>↓ 30m</p> <p>(1)大きさ : 20x30m</p> <p>(2)方法 : ①向かい合わせでパス交換 青赤交互にパス交換をおこない、次選手の要求場所を観てファストコントロール &amp; 2 タッチでパスを出す。</p>	<p>T R 1 パス&amp;コントロール2</p> <p>→ 20m</p> <p>↓ 30m</p> <p>OPTION : ①の時、青色がパス後DFになる</p> <p>(1)大きさ : 20x30m</p> <p>(2)方法 : ①向かい合わせでパス交換 ②青色選手がパス後に三か所のコーンに移動する。 赤色選手は青色選手の移動方向を見てコントロールし2タッチで青色選手にリターンパスを出す。</p>
<p>T R 2 方向付けたコントロール (コントロールオリエンタード)</p> <p>→ 25m</p> <p>↓ 30m</p> <p>(1)大きさ : 25x30m</p> <p>(2)方法 : 4 on 4 (最初はOF,DFをわけてDFを少なくしても良い) パスを受ける選手は足元で止めない。必ず次のプレーの方向を意識したコントロールをおこなう。</p>	<p>G A M E 5 on 5 + GK</p> <p>→ 40m</p> <p>↓ 30m</p> <p>(1)大きさ : 25x40m</p> <p>(2)方法 : 5on5+GK 足元で止めず、必ず次のプレーの方向を意識したコントロールを徹底する。</p>

## KEY FACTOR

1. 次のプレーの方向を意識したコントロール
2. 動きながら観る
3. はやいパス、はやいドリブル
4. ボールに寄る
5. パス精度にこだわる (相手の右足か左足につけるか)