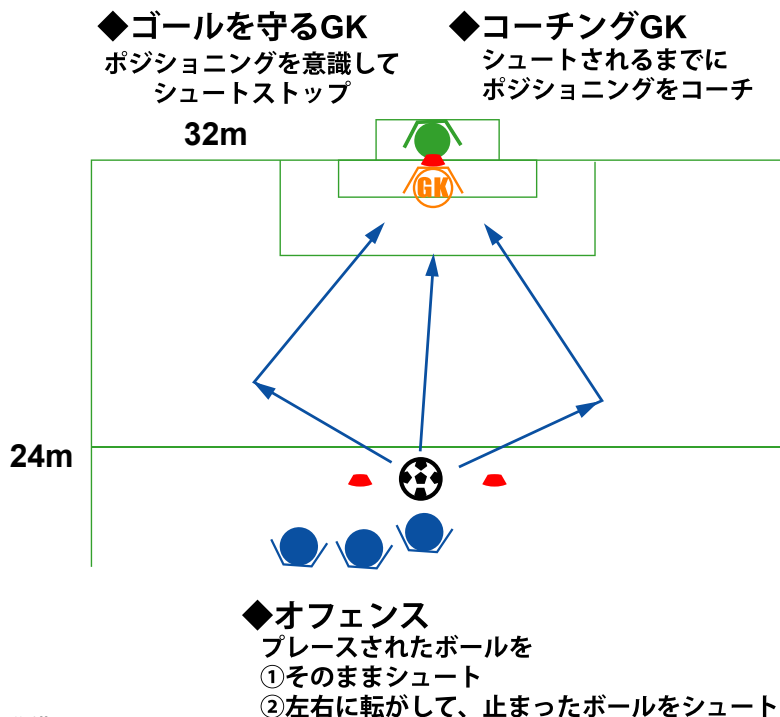


# ●トレーニング計画表

テーマ  <h2 style="text-align: center;">ポジショニング 1</h2>	年月日 <b>2010/10/17</b>
	オーガナイザー AGK

### オーガナイズ



#### ■準備

エリア：24m×32m ゴールエリア・ペナルティマーク付  
※トレーニングエリアの広さは選手の状態をみて判断する

ゴール  
ボール 人数分個  
マーカー 3個（OF用2個 コーチング用1個）

#### ■ルール

オフェンスはマーカー間にボールをブレース  
・そのままシュート  
・左右にボールを転がして止まったボールをシュート

GKはシュートストップ

コーチングGKはシュートされるまでの間にポジションをコーチング

※各選手はGK→OF→コーチングGK→GKの順でプレーする

#### 指導上の留意点/キーファクター

- ①シュートを許さない  
ポジショニング
- ②いつでもどこにでも  
動き出せる姿勢づくり
- ③両爪先をボールに向けて  
シュートコースに  
垂直で広い面をつくる
- ④2ndボールへのアクション
- ⑤コーチングスキル  
声の質、大きさ
- ⑥コミュニケーションスキル

#### ●オーガナイズ上の注意

- ①ポジションの決定はGKの判断を優先させる。
- ②コーチングGKが正確なポジションに神経質になりすぎないように気を配る。
- ③基本姿勢については、キャッチングにこだわらず、シュートストップを成功させるために必要な点に気づかせる。