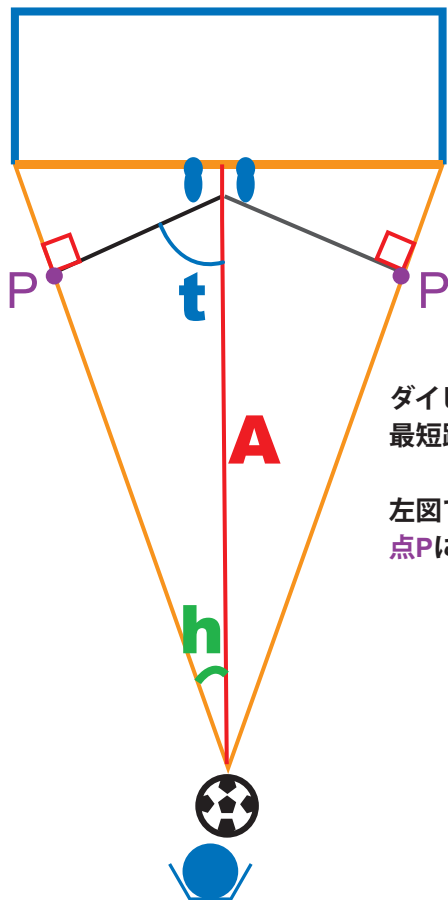


◆ダイビングプレー方向について



ダイビングプレー方向はシュートコースに対して最短距離で行うのが理想です。

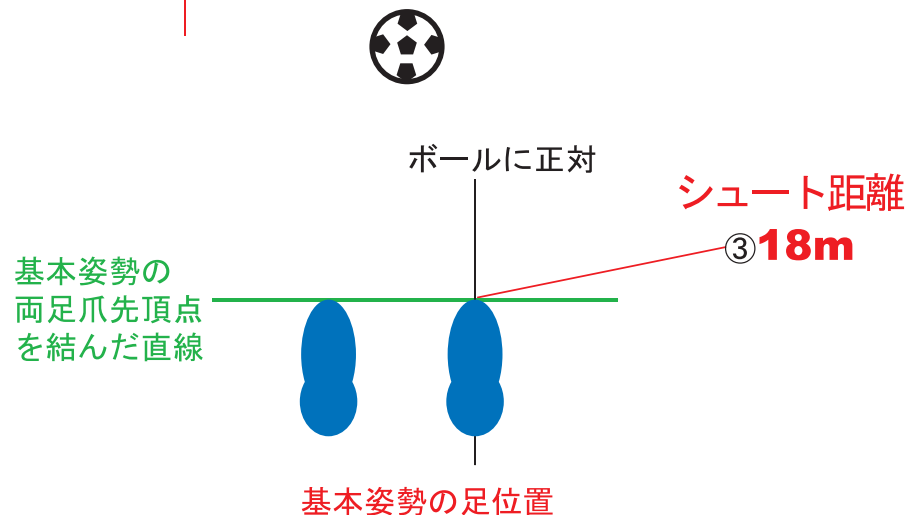
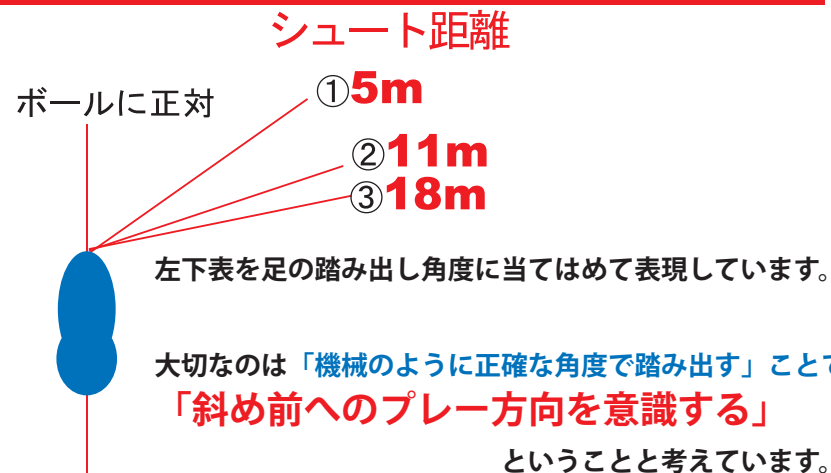
左図ではGKからシュートコースへの最短距離は点Pになります。

ダイビングのプレー方向 (t) はボールからゴールまでの距離 (A) によって変化します。

下表はゴールまでの距離 (A) とプレー方向角度(t) との関係です。

シュート地点	①	②	③
ゴールまでの距離 (m)	5	11	18
プレー方向角度	54.8	71.6	78.51

機械のように正確な角度で踏み出すことが重要ではなく斜め前プレー方向を意識させるコーチングをお願いします！



上図は、シュート距離：18mに対して、基本姿勢からみた理想的なプレー方向です。以上のことより

GKにはダイビングプレー方向を「斜め前方向」を意識

させるようにコーチング、トレーニングされることをオススメします。