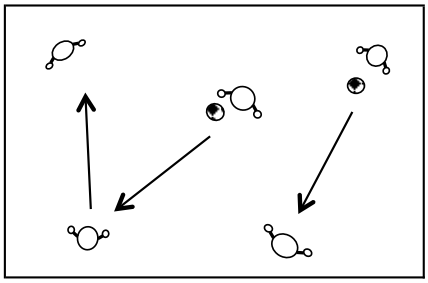
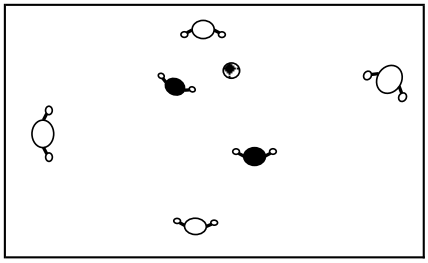
実施日	2025　年　4　月　26　日　（　土　）	和歌山県TC U12練習会
トピック	ボールを奪う	

W-UP(15min)　4vs2

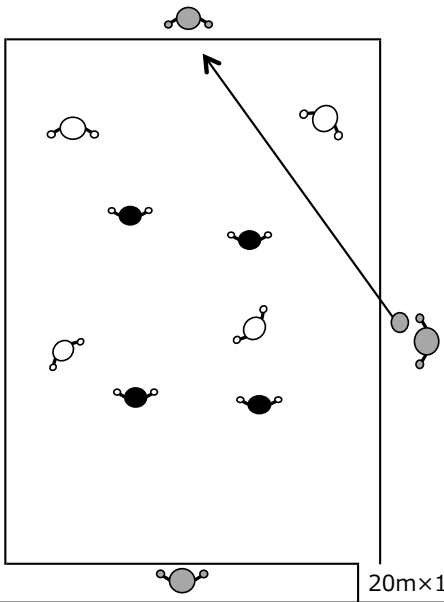




w-UP①
■フリーでパス
■パス＆アプローチ

w-UP②
■4vs2
12m×12m
■守備は奪って交代
OP
■タッチ数の制限
KEYFACTOR
・1STDFの決定
・コミュニケーション
・連続した守備
・切り替え

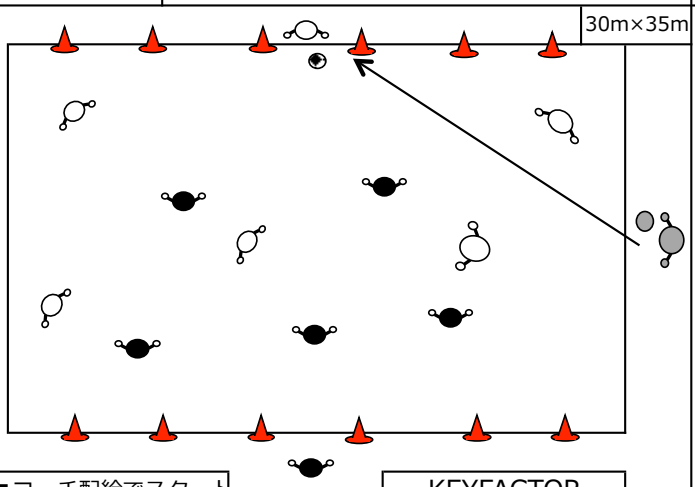
TR1(15min)　4vs4＋2S(ラインゴール)



■コーチ配給でスタート
■ラインゴール
■Sはアンダー２タッチ
OP
・バックパス無し

KEYFACTOR
・1STDFの決定
・コミュニケーション
・連続した守備
・マークの受け渡し
・チャレンジ＆カバー
・ポジショニング
・切り替え

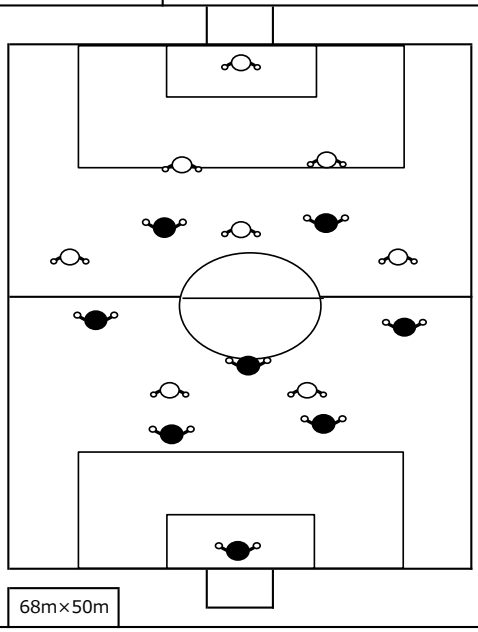
TR2(20min)　5vs5＋GP



■コーチ配給でスタート
■コーンゴール
■GP守備あり

KEYFACTOR
・スライド
・意図的に追い込む

GAME(30min)　8vs8



フォーメーション
1-2-3-2
or
1-3-3-1

Key　Factor

1）1st DFの決定(予測、相手に自由を与えない、ボール状況を変える)

2）コミュニケーション（コーチング）

3) チャレンジ＆カバー（チャレンジ）

4）切り替え（攻守、守攻）

5) スライド（連続、連動）