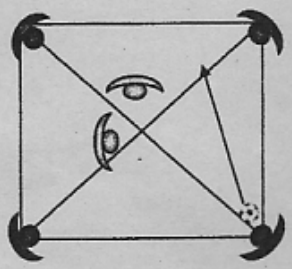
クロスに対する対応 (20090911 KFAコーチングスクール 2種)

自身の中で整理できていませんので、当日の資料を添付しています

テーマ	「クロスに対する守備」

ウォーミングアップ(10分)　ボール落とし



キーファクター

- オフ・ザ・ボールの準備と対応
- あきらめない
- 駆け引き
- 予測

オーガナイズ＆ルール

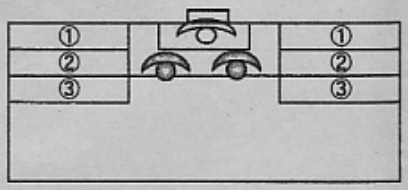
- サーバーからボールを出し、中の選手はボールが落ちる前にボールに触れる。
  (サーバーにパス)
- サーバーは自分に隣接しているエリアにボールを落とせない。
- ３０秒で選手交代、３回以上失敗でペナルティ

オプション

(1)中の選手は手を使う。
(2)中の選手は手以外を使う。

ゾーンを意識して 2人で守る.

トレーニング1(15分)　クロスを跳ね返す



キーファクター

- オフ・ザ・ボールの準備と対応
- あきらめない
- 駆け引き
- 予測
- GKとの連携
- Be first
- リバウンドの意識

オーガナイズ＆ルール

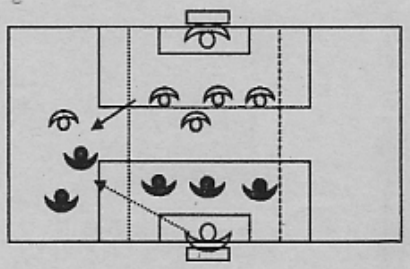
- コーチが①～③のゾーンからクロスを入れる。
- 中の選手はクリア

オプション

- 守備のスタート位置をペナルティエリアの外にする。
- 中に攻撃選手を一人入れる。

トレーニング2（15分）　5対5

サイドのエリアでは
OF 1
DF 2



縦40m
横68m

キーファクター
・駆け引き
・オフ・ザ・ボールの準備と対応
・予測（サイドの状況から）
・GKとの連携
・Be first
・スライド
・リバウンドの意識

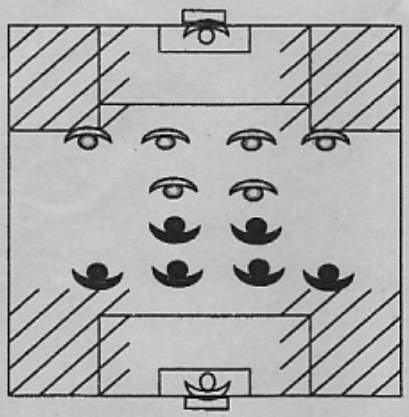
ルーク 視野の確保（同一視野を確保するための
ステップワーク
ボディーシェイプ

※クロスの必ない
1. 人数が多い
2. エリアが狭い
3. 時間の余裕をもたせにくい

オーガナイズ＆ルール

・ボールを保持しているチームは中央エリア２人
　ボールを保持していないチームは中央エリア３人
・サイドチェンジOK
・アウトプレーになったときはすべてGKよりスタート
・点を取られたチームは交代（次のグループはゴール裏でスタンバイ）、
　２分経過しても得点なしの場合は両方のチームが交代する。
・ボールを奪ったら、GKに戻してから攻める

ゲーム（20分）　8対8＋GK



キーファクター
・駆け引き
・オフ・ザ・ボールの準備と対応
・予測（サイドの状況から）
・GKとの連携
・Be first
・スライド
・リバウンドの意識

オーガナイズ＆ルール

・縦の長さはハーフコート、横幅は68m
・サイドゾーンからのクロスをシュートしゴールした場合チームに2点与える。
・スローイン、コーナーあり、ゴールキックはGKのスローでもOK
・1ゲーム5分