

2014 道東ブロックトレセン女子U-15【Ⅱ期】

“賢く駆け引きしながらハードワークできる選手”の育成

- 日時 : 平成26年8月2日(土) 10時~16時(9時30分集合)
- 場所 : セントラルスポーツクラブサッカーコート(帯広競馬場南側運動公園:帯広市)
- 対象者 : 中学1年生~中学3年生女子
- 参加者 : 道東ブロックトレセン参加者(うち根室地区3名)
- スタッフ: 道協会・春名 健司(道東)
地区協会・釧路:春名 帯広:中田 網走:兼田 根室:川口
女子委員会・釧路:坂本 帯広:本江
- テーマ : 【守備 ボールを奪う】(2014 ナショナルトレセン女子U-15)
- 概要 : 26年度の夏季道東ブロックトレセンのトレーニング(セレクション)
- 内容 : <午前>(テーマに基づいたトレーニング)
ウォーミングアップ(対面パス, ドッジング&スライディング)
トレーニング1(1対1→2対2)
トレーニング2(4対4+GK)
ゲーム(5対5+GK)

<午後>6人制ゲーム
- 所感 : 前回と同じトレーニングメニューで行い, 積極的なディフェンスプレイ, 積極的なコミュニケーション, オフでの守備バランス・関わり方を重視してトレーニング.
ディフェンススキル「1対1」をより積極的に, タイミングを見逃さない瞬発力を上げるための意識や集中力の向上をめざすことが大切.
「2対2やグループ」ではコミュニケーションスキルとオフスキルの重要性を理解し, そのエリアのバランス, フィールド全体のバランスをいかに攻略し駆け引きするかを向上するかが重要. ディフェンス力が増すことで, チームオフense力に変化が生まれる.
第1期に比べ, 伸びている選手, すごく伸びている選手, あまり伸びていない選手がはっきりをあらわれている状況になっている事にちょっとした驚きがあった.
- まとめ : 炎天下の中, すこし体調をくずす選手もいたが, しっかりとトレーニング, ゲームに取り組み, その中で道東地区のセレクション選手には, 北海道トレセンの中での活躍に期待したい. 惜しくも選ばれなかった選手にもエールを送りたい.

以上
根室地区女子委員会 川口孝行