

DVD

“サッカーを教える”

ということ

～U12サッカー指導者が覚えておくべきこと～



【指導・解説】池谷 孝(清水エスパルスアカデミーセンター長)
 【指導協力】今泉 幸広(清水エスパルスサッカースクールマスター)
 【実技協力】清水エスパルス SS 静岡 U14



商品番号 805-S

全2枚セット 16,800円
 各枚 8,400円(税込・送料別)

U12サッカー指導者にとって必要な指導エッセンスがここにある! 指導のKeyは“Teaching, Coaching, Motivate & Help”

サッカー指導に携わっている方は数多いですが、U12 のカテゴリーでいえば、専門でサッカーに関わって来られなかった方も多いと思います。

今回ご紹介する DVD は、指導経験の浅い指導者がどのようにサッカーに関わり、どのように指導していけばよいか、毎日の練習をどのように組み立てていけばよいか等々日頃から持っている疑問に答えてくれるものです。

練習メニューは無限にあります。ゲームを観察してトレーニングに活かすため、選手やチームの状況を見ながら的確にメニューを考えトレーニングしていかなければ、チームを作っていくことはできないでしょう。それらを踏まえ多くのオプションを持っておくことが大事です。今回の DVD では、サッカー指導の中で何が大事でトレーニングの中で何を求めているのかなど、日々指導している指導者にとって必要なエッセンスを数多く示唆してくれることでしょう!



常にゲームをイメージして
 練習を組み立てよう!

DVD No.805-1

ゲームライクをめざす実践サッカートレーニングⅠ

1巻目ではサッカーの動きに通じるウォームアップとしての簡単なコーディネーショントレーニングから、できるだけ多くボールに触れるボールフィーリング、シンプルな形から入るシュートトレーニングを紹介。徐々にゲームを意識したトレーニングになっていく。

■ イントロダクション ※1・2巻共通

■ コーディネーショントレーニング

ウォームアップ的に行う鬼ごっこからボールを使ったり、リレー形式にしたりしながら徐々に工夫していく。

- ・鬼ごっこ ・ドリブル鬼ごっこ ・ステップワーク ・リレー
- ・ステップ&ボールアプローチ ・ボールを使ったコーディネーション

■ ボールフィーリング

ボールを使った基礎練習、とにかくボールに数多くさわりたいボールと友達になる。

- ・基本技術のトレーニング ・ドリブル&パス

■ シュートトレーニング

シュートは一番大事な技術、正しいフォームで蹴る、シュートを決める、それを繰り返し行うことが重要。

75min.

DVD No.805-2

ゲームライクをめざす実践サッカートレーニングⅡ

2巻目ではさらにゲームに近づいた実践的なトレーニングになる。ゲームの中でも局面を一瞬で変えられるターンと勝敗を分けるパス、そして 1 対 1 から始めるゲーム形式のトレーニングまで紹介。

DVD を通して行ってきたトレーニングの積算が形になっていく。

■ イントロダクション ※1・2巻共通

■ ターントレーニング 新しい局面を見たり、新しいサッカーの展開を作っていくための非常に重要な技術である。常に周りを見ることが必要。

■ パストレーニング ゲームの中で重要な技術であり、出し手と受け手の関係性を高めることが重要。

パス技術の質はゲームの勝敗を大きく左右する。ゲームの中でつなぐを意図して行うことが大切である。

- ・スクエアパス ・動きながらの様々なパストリル ・ポゼッションのパスワーク① ・ポゼッションのパスワーク②

■ ゲーム形式のトレーニング ここでは一人で攻める、二人で攻める、三人で攻めるそして一人を守る、

二人で守るということを意図してこのトレーニングはある。 ・1対1 ・2対1 ・3対2

72min.

インターネットからのご注文は…… <http://www.japanlaim.co.jp>

通販サイトの会員登録でポイントがもらえる!

ダウンロード版

ダウンロード版をご希望の方は:

専用サイト

<http://www.jlc-download.com/>

へアクセスし、パソコンからご購入・ダウンロードしてください。
 (お支払い方法はカード決済のみとなります)

DVD版

○ご希望の商品番号を指定し、電話かハガキ、FAX、もしくは DVD 通販サイトにしてお申込みください。受注確認後3～6営業日後でお届けします。

○到着日指定の「代金引換」の宅配便でお送りします(送料は1回につき525円)。

○学校公費及び教育機関、また個人研究費などでご購入の場合は、必要書類は担当者までお申し付けください。

※通販サイトの公費 FAX 申込み書類でも購入可。

○カード(JCB、VISA、MASTER、ダイナース、アメリカンエクスプレス、他)もご利用できます(分割可)。

●お申し込み・お問い合わせはお気軽に!

JLC ジャパンライム株式会社

03(5840)9980

〒113-0033 東京都文京区本郷5-25-14 本郷竹下ビル4F

FAX. 03(3818)6656

[2013.11]