

技術指導のポイント（シュート）

- ・積極的にゴールを狙う。ゴールが見えたらシュート
- ・狙いをもつ
- ・ファーストタッチの重要性（シュートする位置にボールを出す）
- ・強さよりも正確さ
- ・リバウンドの意識
- ・視野（ボール ゴール ボール）

- ①ゴールを使って後方からのパスをファーストタッチでシュートポイントにボールを出してキーパーのポジショニングにより正確なシュートを打つ

< レッスンポイント >

- a ボールを受け取る場合には、ゴールに背を向けさせず、ゴールラインと垂直位の体の位置で受けとらせることにより、パスラーとキーパーの位置が見える視野のとりかたを教える。
- b 1回チェック（フェイント）を入れさせてからボールを提供する。
- c シュートはインサイドで狙いを定めてける。また、ボール ゴール ボールを徹底させる

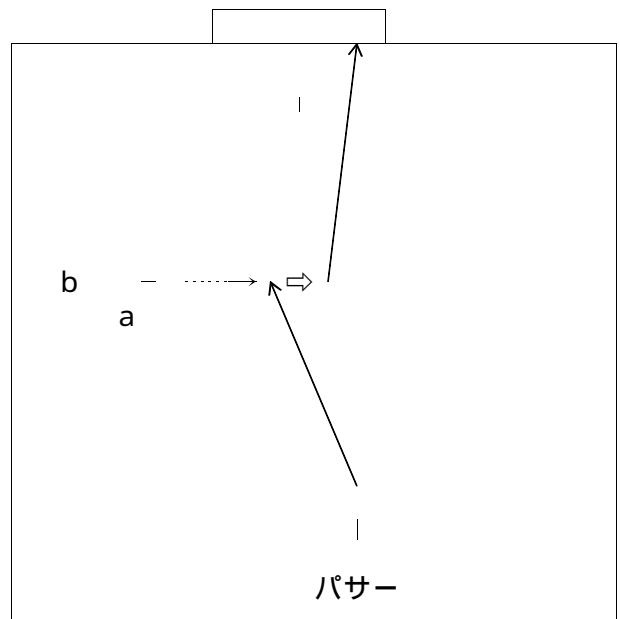


図 - 1

- ②ゴールを使って横からのパスをファーストタッチでシュートポイントにボールを出してキーパーのポジショニングにより正確なシュートを打つ。（図 - 2）
ダイレクトシュートも併せて行う。（図 - 3）

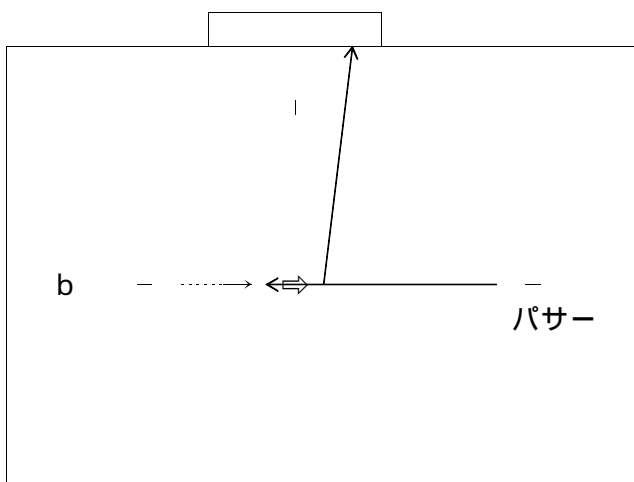


図 - 2

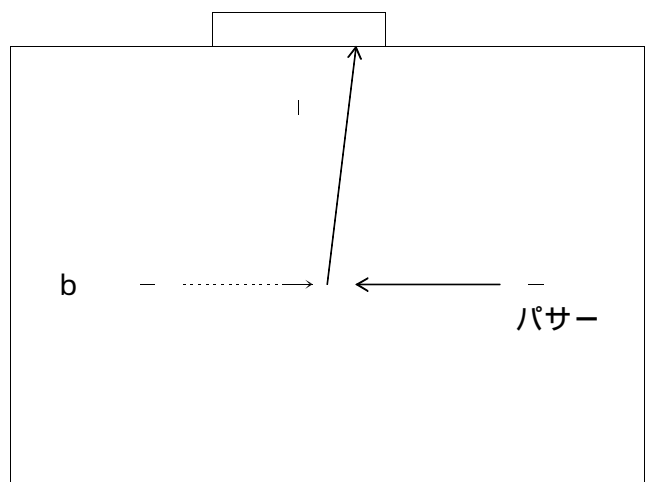


図 - 3

③ パサーよりボールを受け取りシュートを打つ。

< レッスンポイント >

< 攻撃側 >

a 自分で貰う位置へ動く。ボールを受け取った時にゴールが狙えれば打つ
ディフェンダーが詰めていたらドリブルで突破する。

b 自分でチェック（フェイント）を入れて相手の逆をとる。オープンスペースを作る。

< 守備側 >

a 攻撃する人とパサー双方の対応できるポジショニングをとらせる。

b シュートを打たせないために、相手とゴールを結んだライン上にポジショニングさせる。
ボールが動いている時につめる。（相手にプレッシャーをかける）

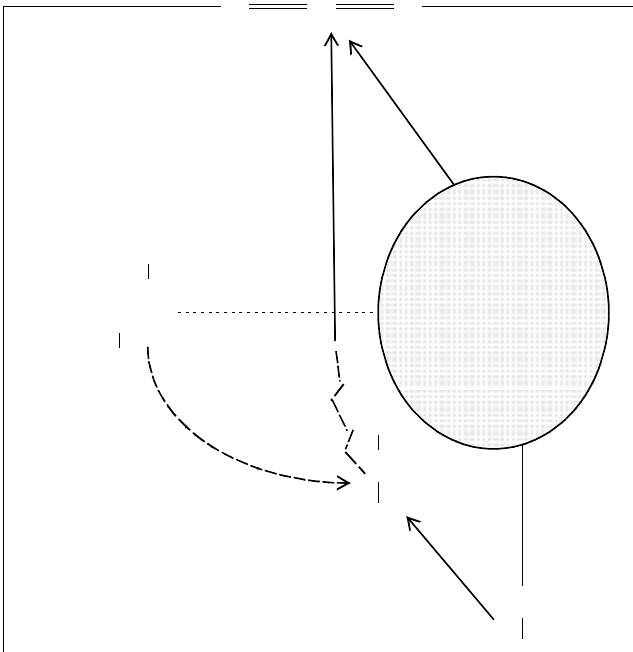


図 - 3 パサー

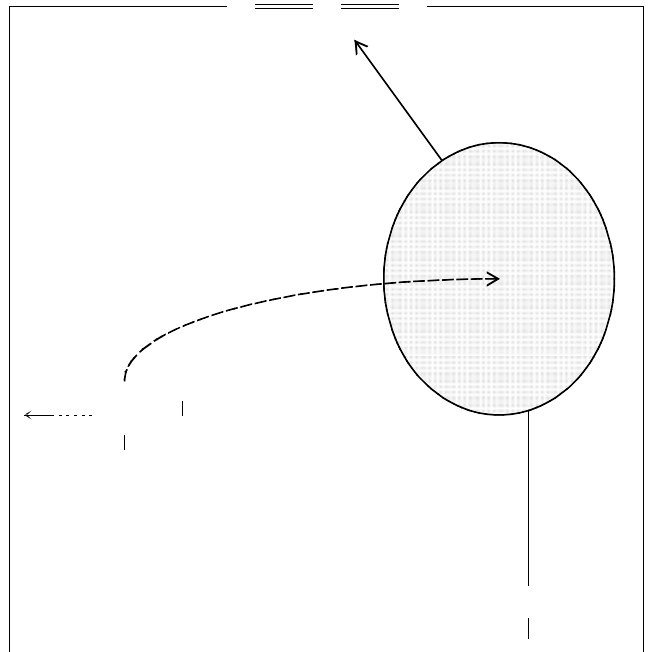


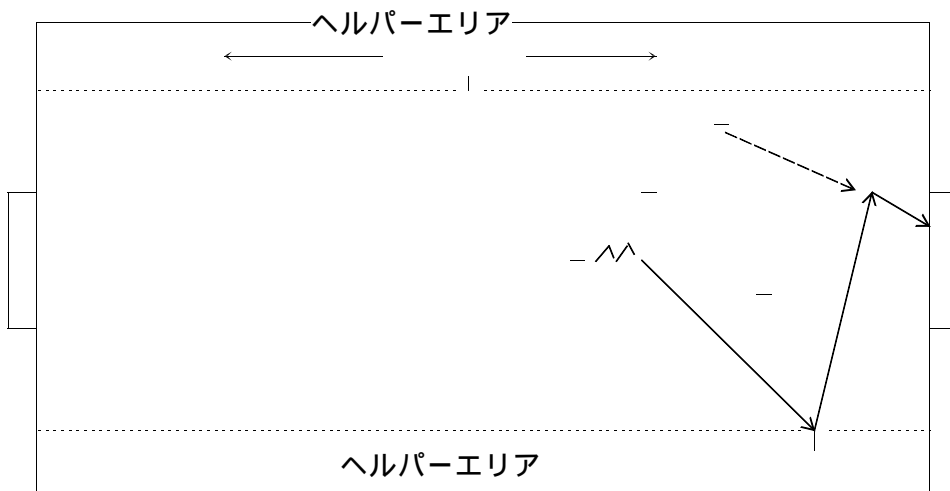
図 - 3 パサー

④ 1対1：2対2：4対4（ヘルパー付、ヘルパー無）

< レッスンポイント >

a 積極的のゴールを狙わせる。（シュートコースがあいたらシュート）

b ヘルパーを活用しワン・ツー・パス等で利用し連携プレーでゴールを数多く狙う



⑤ 4つのゴールで行う

< レッスンポイント >

- a シュートが狙える有利なポジショニング (3対4の局面から3対2の局面へ)
- b 視野を広くもたせることと、状況判断能力を高める。

