6月26日（木）　　フレンド平尾　　6年生　　担当：内山

テーマ：チャレンジ＆カバー

19:00　あいさつ＆出欠

19:05　①W－UP（6年トレセン活動の固定W－UPとする）
※選手たちでW－UPをできるようにしたいため。

※自主性・試合の入り方の育成を期待。

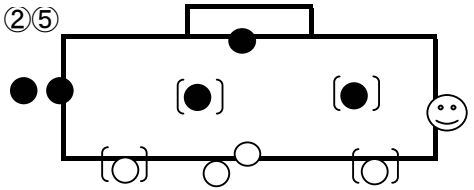
Ⅰ.ブラジル体操

Ⅱ.ボール回し（鳥かご）※制限はコーチが何通りか教える。

19:20　Ⅲ.ストレッチ

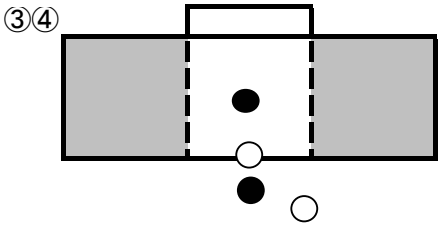
《給水5分》

19:25　②1対1　（GKは基本練習）
※素早くシュートコースに入る。　※出来れば利き足でシュートさせない。
③1対2　（GKは基本練習）
19:45　※チャレンジ＆カバー　※ファーストDFは遅らせるようにする。



《給水5分》

19:50　④2対2　（GK有）
※チャレンジ＆カバー　※セカンドDFのポジション
⑤3対2　（GK有）
20:20　※カバーリング　※ワンサイドカットとカバーリング



《給水5分》

20:25　⑥ミニゲーム　　4対4
※チャレンジ＆カバーを重視

20:50　⑦クールダウン＆あいさつ