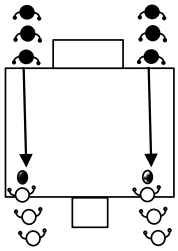
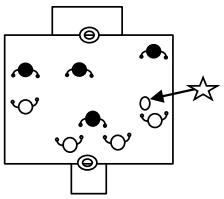
☆トレーニング計画表☆

【テーマ】	日時	2011年　2月10日（木）　19:00～21:00				
シュートを打つ！	会場	ふれんど平尾	学年	U－11	担当	内山

TIME	MENU	KEY FACTOR
19:00	・集合、挨拶、出欠。	
19:05	【W－UP】 ●ファンゲーム	・判断 ・チームワーク
19:20	【TR①】　GK？ ●1対1　WB　・・・　4ヶ所 ☆DFからの配給で開始  ●2対2　WB　・・・　2ヶ所 ☆DFからの配給で開始	・積極的にゴールを狙う ・キックのインパクト ・振りの速さ ・シュート精度 ・フォローの動き ・攻守の切り替え
19:40	【TR②】　GK有 ●4対4　WB　・・・　2ヶ所 ☆コーチからの配給で開始  	・積極的にゴールを狙う ・キックのインパクト ・振りの速さ ・シュート精度 ・フォローの動き ・攻守の切り替え
20:00	【ゲーム】　フルコート　GK有り ☆11人制	・積極的にゴールを狙う ・シュート精度 ・フォローの動き ・攻守の切り替え ・ビルドアップ
20:55	・ダウン、片付け、解散。	

[成果]　W-up

トレ①

トレ②

ゲーム

[課題]