日時 2012年5月24日(木) 19:00~21:00 日時 2012年5月24日(木) 19:00~21:00 金場 ふれんど平尾 学年 U−12 担当 内山 TIME MENU KEY FACTOR 19:00 ● 挨拶、出欠 19:10 「火車を削りフティング (2)逆足のみのリフティング (2)逆足のみのリフティング (2)逆足のみのリフティング (2)逆足のみのリフティング (2)逆足のみのリフティング (2)逆足のかのリフティング (2)逆足のかのリフティング (2)逆足のかのリフティング (2)が終わった選手のみ 上半身の使い方 上半身の使い方 上半身の使い方 上半身の使い方 「規る"、"観すおく" ・遠い足のトラップ ・ダイレクト、キーブの判断 ・短いバス、長いバス、の精度 ・短いバス、長いバスの精度 ・ でのトラップ ・ はいバス、長いバスの精度 ・ でのトラップ ・ はいバス、長いバスの精度 ・ でのトラップ ・ はしてと受け手のタイミング ・ ゴールの意識 ・ 近の対け替え ・ GKの指示の声 でがーム ・・・フルコート 【GK2名】 ・ でがりとユート・・攻守の切り替え ・ 「破守の切り替え ・ 「ながりがとユート・・ 「なずの切り替え ・ 「ながりがとユート・ 「なずのがり替え ・ 「ながりがとユート・ 「なずのがり替え ・ 「なずりがとユート・ 「なずりがきる」 ・ 「記してと受け手のタイミング・ゴールの意識 ・ ゴールの意識 ・ 指示の声 1月の意識 ・ 1月のの意識 ・ 1月の	☆トレーニンク 計画表☆ FP…18名、GK…43						(****4名		
TIME	【テーマ】	2012年5月24日(木) 19:00~21:00							
19:00 ●挨拶、出欠 19:10 【W─UP】 ●リフティング ①交互移動リフティング ②逆足のみのリフティング ※出来ない選手は、出来るまでTRに参加できない。 ●1対1 ・・・ 1/2コート ☆リフティングが終わった選手のみ 【TR①】 ●5対4 ・・・ 10~12×10~12M×2コート【GKTR】 ☆(OF)対(OF−1名)で行う。 19:50 【TR②】 ●5対4+GK ・・・ 1/2コート×2コート【GK2名】 ☆(OF)対(OF−1名)で行う。 ☆ゴール2つでGKは1名。 ☆コール2つでGKは1名。 ☆DFは奪ったらライン突破。 20:20 【ゲーム】 ●ゲーム ・・・ フルコート【GK2名】 ☆10対10 ・**観る"、"観る"、"観る"、"観る"、"観る"、"観る"、"観る"、"観る"	周りを観よう!②	会場	ふれんど平尾	学年	U-12	担当	内山		
19:10 【W-UP】	TIME MEI	TIME MENU				KEY FACTOR			
●リフティング ①交互移動リフティング ②逆足のみのリフティング ※出来ない選手は、出来るまでTRに参加できない。 ● 1対1 ・・・ 1/2コート ☆リフティングが終わった選手のみ 【TR①】 ● 5対4 ・・・ 10~12×10~12M×2コート【GKTR】 ☆(OF)対(OF−1名)で行う。 【TR②】 ● 5対4+GK ・・・ 1/2コート×2コート【GK2名】 ☆(OF)対(OF−1名)で行う。 ☆コール2つでGKは1名。 ☆DFは奪ったらライン突破。 ◇	19:00 ●挨拶、出欠	0 ●挨拶、出欠							
19:30 【TR①】 ●5対4 ・・・ 10~12×10~12M×2コート【GKTR】 ☆(OF)対(OF−1名)で行う。 「TR②】 ●5対4+GK ・・・ 1/2コート×2コート【GK2名】 ☆(OF)対(OF−1名)で行う。 ☆ゴール2つでGKは1名。 ☆DFは奪ったらライン突破。 「グ・ン・ジャクリ対を表し、・では、の様に、では、では、では、では、では、では、では、では、では、では、では、では、では、	●リフティング ①交互移動リフティング ②逆足のみのリフティング	●リフティング ①交互移動リフティング ②逆足のみのリフティング					・やる気		
●5対4 ··· 10~12×10~12M×2コート【GKTR】 ☆(OF)対(OF−1名)で行う。 「TR②】 ●5対4+GK ··· 1/2コート×2コート【GK2名】 ☆(OF)対(OF−1名)で行う。 ☆ゴール2つでGKは1名。 ☆DFは奪ったらライン突破。 「グ ・	1	* ' · · · · · · · · · · · · · · · · · ·					・上半身の使い方		
●5対4+GK・・・ 1/2コート×2コート【GK2名】 ☆(OF)対(OF-1名)で行う。 ☆ゴール2つでGKは1名。 ☆DFは奪ったらライン突破。 ② ・ガールの意識・ダイレクトシュート・攻守の切り替え・GKの指示の声 ② ・グ ・グ ・グ ・ゴールの意識・・グイレクトシュート・攻守の切り替え・GKの指示の声 ・ですった。では、では、では、では、では、では、では、では、では、では、では、では、では、で	●5対4・・・ 10~12×10~ ☆(OF)対(OF-1名)で行う。	●5対4 ··· 10~12×10~12M×2コート【GKTR】 ☆(OF)対(OF−1名)で行う。					・遠い足のトラップ		
●ゲーム ・・・ フルコート【GK2名】 ・"観る"、"観ておく" ・逆サイドの意識 ・ゴールの意識 ・指示の声	●5対4+GK · · · 1/2コート> ☆(OF)対(OF-1名)で行う。 ☆ゴール2つでGKは1名。		\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	\\footnote{\foot	・遠い足の ・出してと ・ゴールの ・ダイレク ・攻守のち)トラップ 受け手()意識 トシュー Jり替え	プ のタイミンク -ト		
*** * '	●ゲーム ・・・ フルコート【GK	●ゲーム ··· フルコート【GK2名】				・逆サイドの意識・ゴールの意識			
	20:55・ダウン、片付け、解散。				・指示の	=			

[成果]	W-up
	TR①
	TR②
	ゲーム
[課題]	