

☆トレーニング計画表☆

FP・・・22名、GK・・・4名

【テーマ】 ゲーム！		日時	2016年3月10日(木) 19:00～21:00				
		会場	ふれんど平尾	学年	U-12	担当	内山
TIME	MENU		KEY FACTOR				
19:00	●挨拶、出欠		<ul style="list-style-type: none"> ・やる気 ・事前の準備 ・相手、味方を観ての判断 ・攻守の切り替え ・パススピード ・ボールを奪う ・ボールを失わない ・事前の準備 ・相手、味方を観ての判断 ・攻守の切り替え 				
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。 ③もものみ、又はインサイドのみのリフティング						
19:20	【スモールゲーム】 ・・・ 1/4コート×2コート ①ダイレクトと2タッチ ②ハーフでダイレクト/フリーとその逆						
20:00	【ゲーム】 ●ゲーム ☆11対11						
20:50	・ダウン、片付け、解散。						

①小学生サッカーを振り返って・・・親への感謝の気持ちを書きましょう！※書いたら親に提出。	
④多摩招待の目標(チームと個人)を書きましょう！	名前