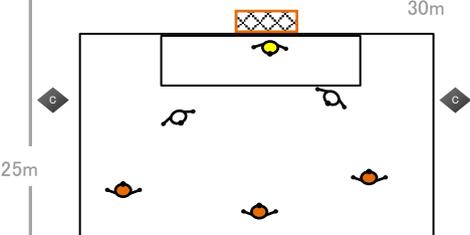




テーマ	ゴールを目指す	日時	20121年 3月 4日 (木) 18:15 ~ 19:45				
		会場	ふれんど平尾	学年	U11	担当	瀬尾 充弘
Time	Menu					Key Point	
18:15	集合・あいさつ・出欠確認・ガイダンス						
18:20	【Warming UP①】 ● リフティング (交互で40m) ※リフティングができない選手はトレーニングに参加できない					1. リフティング基本レベルチェック 2. 練習参加に必要なスキルである	
18:25	【Training①】 3対2 + GK  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-left: 100px;"> オーガナイズ (1) 大きさ: 25m×30m (2) 方法 1) GKよりフィードで開始 2) GKがキャッチ、ボールを奪ったらサイドのコーチへパス </div>					1. 観る: ゴール、ボール、味方、相手、スペース 2. シュートチャンスを逃さない 3. 正確なシュート	
18:50	【GAME】8対8 (人数により調整)					1. Trの内容をゲームに活かそう! 2. 積極的に動こう! 3. 自分を出そう!	
19:30	クールダウン&片づけ ~ 解散						

選手 人の動き ボールの動き ボール コーン/マーカー コーチ

振り返ってみよう!

出来たこと、出来なかったことを自己評価 (1 (まだまだ) ~ 5 (よくできた)) しましょう

トレーニング	評価	コメント
W-UP リフティング		
Training① 3対2 + GK		
Game		
上記以外はどうでしたか?		

次回への目標

これから何をすべきか、取り組む目標を考えましょう
