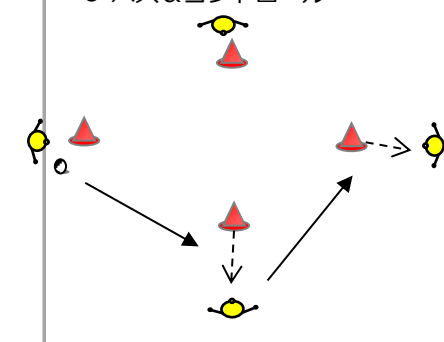
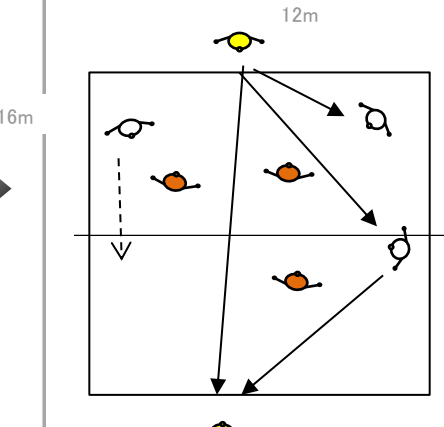
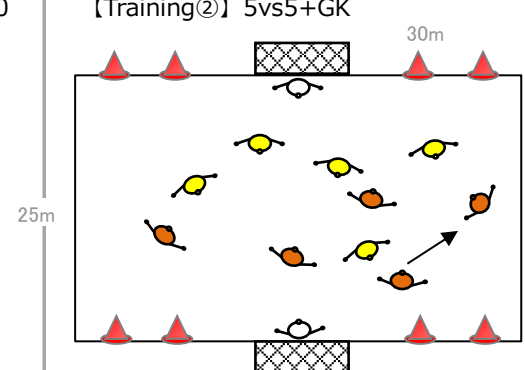




テーマ	ポゼッション②	日時	2022年 11月 17日 (木) 19:00 ~ 21:00			
		会場	ふれんど平尾	学年	U12	担当

Time	Menu	Key Point
19:00	集合・あいさつ・出欠確認・ガイダンス	
19:05	<p>【Warming UP】</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 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 ● パス&コントロール 	<ul style="list-style-type: none"> ・リフティング基本レベルチェック ・練習参加に必要なスキルであることを伝える
19:30	<p>【Training①】 3vs3+2サーバー</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ・動きながらのパス&コントロール ・ポジショニングとサポートの動き ・ボール状況、味方の把握 ・タイミング
19:50	<p>【Training②】 5vs5+GK</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴールへの意識 ・ポジショニングとサポートの動き ・ボールの状況、味方の把握 ・攻守の切り替え
20:10	【GAME】 6対6 (人数により調整)	
20:45	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 パス&コントロール		
Training① 3vs3+2サーバー		
Training② 5vs5+GK		
Game		

次月の目標

これから何をすべきか、取り組む目標を考えましょう

.....

.....

.....