

		稲城トレーニングシステム			名前			
		東村山招待大会						
テーマ	マイボールを大事に	日時	2025年12月7日(木) 9:15 ~ 16:00					
		会場	経済産業省G	学年	U12	担当	浅倉 栄仁	
Time	Menu					Key Point		
9:15	集合・あいさつ・出欠確認・ガイダンス					<div>・動きながらのパス&コントロールの質 ・観る(ボール、味方、スペース、相手) ・キャンセル(やり直し) ・ボールを持っていない時の関わり/サポートの質</div>		
9:30	Warming UP							
10:30~	試合開始							
16:00	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					
vs清瀬								
vs東村山B								
順位決定戦								
順位決定戦								
次回の目標		これから何をすべきか、取り組む目標を考えましょう					評価 1～5点	
今日の目標（個人の1日目標）		稲トレでの1日目標を書いてください。 例：シュートを○本打つ！ 1vs1に○回勝つ！ など						
目標評価（個人の1日目標）		1日目標の評価を書いてください。(出来たこと、出来なかったこと、なんて出来なかったのか、どうすれば良いか)					評価 1～5点	