



稲城トレーニングシステム 日野市招待大会 1回戦

名前

テーマ	ピッチを広く使う	日時	2026年1月24日(土) 8:30~13:00			
		会場	浅川スポーツ公園	学年	U12	担当 浅倉 栄仁
Time	Menu			Key Point		
8:45	集合・あいさつ・出欠確認・ガイダンス				・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) ・ピッチを広く使う	
9:00	【Warming UP】					
10:00~	試合開始					
13:00	解散					

振り返ってみよう！ 出来たこと、出来なかつたことを自己評価（1（まだまだ）～5（よくできた））しましよう

トレーニング	評価	コメント
vs日野みどり		
vs相模原		

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

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：シートを〇本打つ！ 1vs1に〇回勝つ！ 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、出来なかつたこと、なんで出来なかつたのか、どうすれば良いか）

目標評価（個人の1回目標）：1回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、今まで出来なかつたのが、どうすれば良いか) 評価 100点