



稲城トレーニングシステム
東大和市招待大会

名前

テーマ	ピッチを広く使う	日時	2026年 2月 7日 (土) 8:20 ~ 16:00			
		会場	清原中央公園	学年	U12	担当
Time	Menu				Key Point	
9:30	集合・あいさつ・出欠確認・ガイダンス				<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> ・ピッチを広く使う ・観る(ボール、味方、スペース、相手) ・少ないボールタッチ </div>	
10:00	【Warming UP】					
10:50~	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小平選抜		
vs東大和選抜		
vs昭島選抜		

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、なんで出来なかったのか、どうすれば良いか)

評価 1～5点

--	--