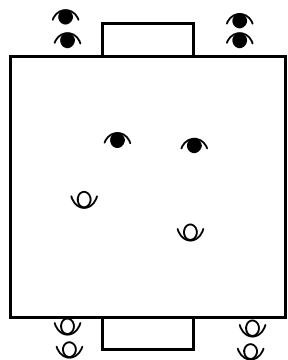
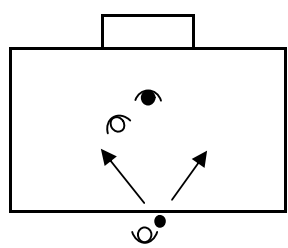
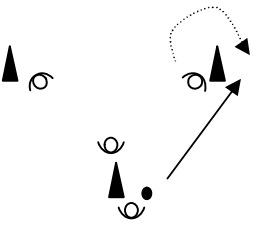


実施日時	2009 年 10 月 16 日 (金)	
施設名称	万博大阪サッカーグラウンド(人工芝)	
コース・人数	U - 10 (第3回)	28名
指導スタッフ	二村	
	河野	

時間	内容	目的
00-05	集合・挨拶	
05-15	W-up <u>動きづくり</u> 2人組み 1) ・うでたて相撲 ・ボール落とし ・ボールレスリング 2) キャッチボール	* コーディネーション * 空間認知
15-30	TR1 <u>パス&コントロール</u> 三角パス。 パスを出したらその方向に動く。	* パスの質 * 攻撃方向を意識 (身体の向き) * ボールをどこに置くか * コミュニケーション
30-35	(給水)	
35-50	TR2 <u>2対1</u> マークされた状態からパスを受けゴールを目差す。 パスを出した選手も関わり2対1。	* ゴールを目差すコントロール * パスの質 * コミュニケーション * かけひき
50-55	(給水)	
55-75	GAME ・ 2 v s 2 ・ ダブルフィールド ・ マルチボールシステム	* ゴールを目差す * パス&コントロール * 攻守の切り替え



担当者自由記入欄

フットサルゴール 2対
マーカー 人数分
ピブス 7枚×4色