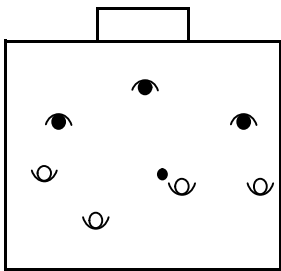
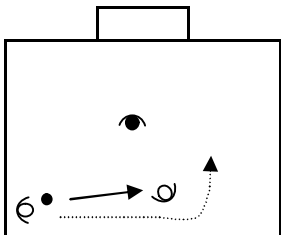
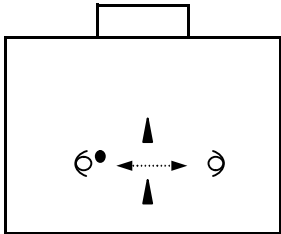


実施日時	2009 年 10 月 30 日 (金)	
施設名称	SPORTS PARK 東海岩室	
コース・人数	U - 10 (第4回)	28名
指導スタッフ	二村	
	吉村	

時間	内容		目的
00-05	集合・挨拶		
05-20	W-up	<u>1) 動きづくり</u> ステップワーク 空間認知 <u>2) パス&コントロール</u>	* コーディネーション * 基本スキル
20-30	TR1	<u>1対1</u> パス交換からフェの合図で1対1。 ゴールを目差す。 DFはコーン間をドリブル通過。	* パスの質 * ボールコントロール (ファーストタッチ) * 攻撃方向の意識
30-35	(給水)		
35-50	TR2	<u>2対1</u> パスした選手がオーバーラップ。 2対1でゴールを目差す。	* パスの質 * ボールコントロール (ファーストタッチ) * 身体の向き * 突破 or パス
50-55	(給水)		
55-75	GAME	・ 4 v s 3 ・ ダブルフィールド ・ マルチボールシステム	



担当者自由記入欄

フットサルゴール 1対 キッズゴール 2対
 キッズボール 14個
 マーカー 24枚 コーン 8個
 ビブス 7枚×4色