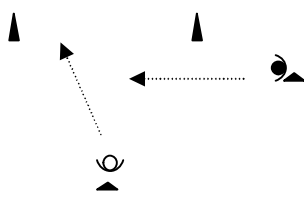
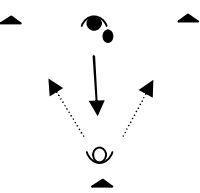
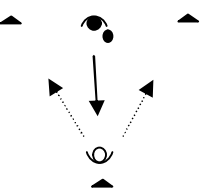
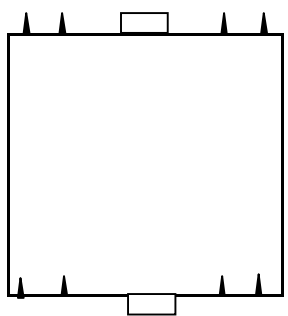


実施日時	2009年9月25日(金)	
施設名称	万博大阪サッカーグラウンド(人工芝)	
コース・人数	U-9北(第3回)	31名(予定)
指導スタッフ	二村	
	定森	

時間	内容	目的	
00-05	集合・挨拶		
05-20	W-up <u>アイスブレイク</u>  <u>1対1通りぬけ</u> フェの合図でOFはコーン間を通り抜ける。 DFはタッチ。		<ul style="list-style-type: none"> <li>*コミュニケーション</li> <li>*enjoy</li> <li>*かけひき</li> <li>*ステップワーク</li> <li>*突破の意識</li> </ul>
20-25	(給水)		
25-35	TR1 <u>ボールマスタリー(フェイント)</u> 各自ボール1個、対面ドリブル。 アイコンタクトでスタート。 出合ったところでフェイント。		<ul style="list-style-type: none"> <li>*個の技術の習得</li> <li>*間合い、かけひき</li> <li>*顔を上げる</li> <li>*スピードの変化</li> <li>*ステップワーク</li> </ul>
35-50	TR2 <u>1対1</u> OFはマーカー間を通過で1点、ライン上に置けば2点。 DFはボールに触れば勝ち。 OF・DFの役割を交代で行う。 1) 手でプレー 2) 足でプレー		<ul style="list-style-type: none"> <li>*突破の意識</li> <li>*1対1に負けない</li> <li>*ステップワーク</li> <li>*フェイント</li> </ul>
50-55	(給水)		
55-70	GAME <u>6ゴールゲーム</u> 4対4or5対5(ダブルフィールド) 真ん中のゴールはシュート。 両サイドのゴールはドリブル通過。 GK有り(真ん中のゴール) GKは誰でも良い・近い選手		<ul style="list-style-type: none"> <li>*突破の意識</li> <li>*観る</li> <li>*enjoy</li> </ul>

担当者自由記入欄

マーカー32個  
コーン16個  
フットサルゴール2対  
ピブス16枚×2色