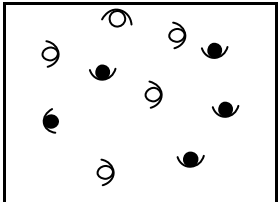
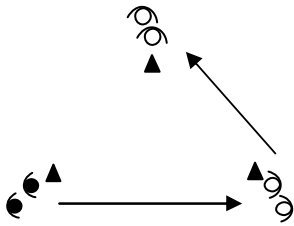
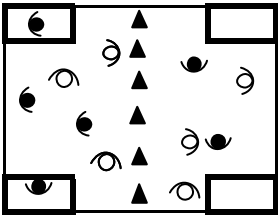
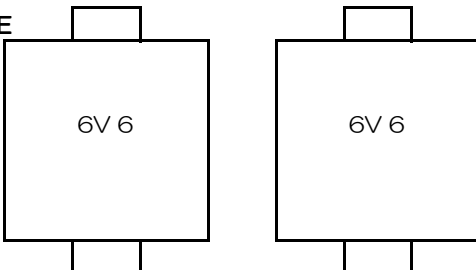


■実施日時	2010 年 1月 8日 (金)	
■施設名称	SPORTS PARK 東海岩室	
■コース・人数	南コース	30名
■指導スタッフ	①河野	
	②新出	

■指導案 ※出来るだけ詳しく記入してください

時間	内容	目的
0~5 05~20	<p><b>集合・挨拶</b> <b>W-up</b> リアクション・反応・パス&amp;コントロール</p>  <ol style="list-style-type: none"> <li>① 両手でバスケットドリブル</li> <li>② 片手バスケットドリブルと片足はドリブル</li> <li>③ 両足ドリブル</li> <li>④ パス&amp;コントロール</li> </ol>	<p>コミュニケーション 楽しむ(緊張を解く) 身体を自由自在に動かす</p>
20~45	 <ol style="list-style-type: none"> <li>① ドリブル</li> <li>② ドリブル 間でフェイント</li> <li>③ パス (2タッチ)</li> </ol> <p>6人組みで5つのグループ 笛がならば隣のグリッドへ移動 OR 4v s 2</p>	
35~45	<p>TR 1 ポゼッション 6 vs 6</p>  <ol style="list-style-type: none"> <li>① □のところではボールを受けたら1点</li> <li>② コーンの間をドリブル通過したら1点</li> <li>③ パスを4本つないでも1点</li> </ol>	<p>個々のスキルを確認 スペース・味方・相手を観て判断する ボールを広い所へ運ぶ</p>
45~70	<p>GAME</p>  <p>キックインからスタート</p>	<p>個々のスキルを確認 広いスペースにボールを運ぼうとしているか</p>
70~75	C-Down	

担当者自由記入欄

※マーカー  
※コーン