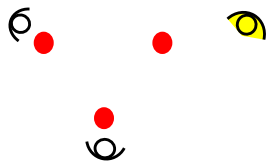
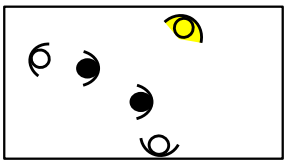
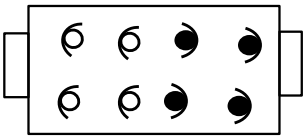
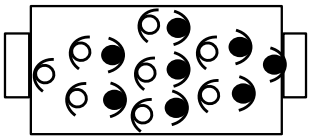
女子U-12 トレーニング メニュー

テーマ	テクニック(ゲーム中心→選手把握)

2015年　4月　27日(月) 天候 晴れ

ヘッドコーチ 池田 敬彦　アシスタントコーチ 高橋 優 ： 中村 伸也

名前	出欠
恒石 彩華	○
園田 花蓮	○
桐野江 春加	○
岩根 颯希	○
浅山 茉緩	○
福留 礼音	○
北岡 岬	○
山下 妃華	○
太田 凪砂	○
菅森 杏	○
志波 葵	○
鈴木 雛子	○
井手段 祐有	○
川嶋 真代	○
藤居 由衣	○
桃原 愛歌	○
三浦 彩夢	○
中内 花咲	○
作山 亜沙美	○

メニュー	ポイント
①. W-UP パスコン 18:00～18:20 	パスの質 コントロールの質 OFFの準備 観る・観ておく
②. トレーニング1 2対2+F 3コート 18:25～18:45 	パスの質 コントロールの質 OFFの準備 観る・観ておく
③. トレーニング2 ミニゲーム4対4 2コート 18:50～19:20 	パスの質 コントロールの質 OFFの準備 観る・観ておく 優先順位
④. トレーニング3(GAME) 8対8 1コート 19:30～20:00 	パスの質 コントロールの質 OFFの準備 観る・観ておく 優先順位

(総合評価 コーチコメント**)**

今年度、初めての活動で緊張している様子も見受けられたが、トレーニングをしている中で緊張少しずつコミュニケーションもとり始めていた。今回、動きの中で蹴れるか、コントロールできるかの足元の技術とOFFの準備をしているかを観ていましたが、プレッシャーがある中になるとミスが増え判断できない状況が多く観られた。また、ゴールの意識(優先順位)に関しては意識が無く、身体の向きや、ファーストタッチの置き方、守備時の守る場所、全てにおいてゴールへの意識が低い･･･。パスの質、トラップの質、OFFの準備も大事だが、まずはサッカーの原理原則の理解をさせることが必要。能力、理解力が高い選手が集まっているので早めに改善していきたい。

大阪府トレーニングセンター