山形県リフレッシュ講習会　指導実践のご案内

１．指導実践内容

・W-up / TR1 / TR2 / Gameをプランニングし「TR1」を実践ください。

・ピッチサイズ　　施設の都合上　　最大25m×30m とさせて頂きます。

・用具（コーン・マーカー・ビブス）は必要分記入いただいて構いませんが特殊な物は個人で準備下さい。

2.指導実践方法

・持ち時間1人15分間　時間の配分はお任せします。

・実践12分以内　ディスカッション3分になります。

　　　・テーマは下記４つよりご自身で１つを選択いただき実施下さい。

　①テクニック　　②ポゼッション　　③守備（ボールを奪う）　④ゴール前の攻防

3.プランニングシートの提出

・当日受付時に1部提出下さい。

・提出いただいた物は返却いたしません。

以上

山形県リフレッシュ講習会　プランニングシート　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　所属　　　　　　地区　　　　　種

記入例

氏名

**テーマ**

**Tr.2**

**トレーニングメニューの表記**

　トレーニング方法を簡単に解説

　コーン/マーカー/人/ボール/動き 等

簡単に図解し、記載する。

**KEY FACTOR**

山形県リフレッシュ講習会　プランニングシート　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　所属　　　　　　地区　　　　　種

氏名

**テーマ**

**Tr.1**

**KEY FACTOR**