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。

・用具は必要分記入いただいて構いませんが（コーン8本・マーカー20枚・ビブス2色）以外の数量と

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**

**W-up**

**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**

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.2**

**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**

**Game**

**KEY FACTOR**