



### 令和3年度 中学生女子サッカー活動 報告書

日時	2021/11/14(日)9:00~11:00	コース		参加人数	9人
会場	神戸レディースフットボールセンター	担当	桂・寺戸・松垣・岸本		

#### 指導方法

テーマ	8vs8Game 生徒から口頭で健康チェック				
-----	---------------------------	--	--	--	--

<b>W-up</b>	①スクエア鬼ごっこ	<b>TR2</b>	Half-Court Build-Up
-------------	-----------	------------	---------------------

①スクエア鬼ごっこ

空いているコーンを守る

※Stretchを入れる

①7vs4+T  
GKからBuild-Up。両サイドドリブル突破。  
Tからワンタッチで受け中央を突破

②7vs5+T

②4vs1(コーンを狙う)

<b>TR1</b>	スルーパスTr.	<b>GAME</b>	5vs5 Small-sided Game
------------	----------	-------------	-----------------------

スルーパスTr.

スルーパスを狙う  
DFのカットされたら交代  
初めはセパレート。  
慣れたらDFの侵入ありへ

5vs5 Small-sided Game

<b>KEY FACTOR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・フェスティバルに向けた準備の確認</li> <li>・8vs8に慣れる</li> <li>・スルーパス Tr.</li> </ul>
-------------------	--