

●トレーニング計画表

テーマ

宝鬼ごっこ
守備の意識をもつ
ホストプレイの練習

年月日

2010年7月16日

コーチ

永田

オーガナイズ

- ① コーにて直径2mの円をつくり
まん中にボールをおく。
- ② たて×よこ(20m×15m)程度の
コートをつくる。(タッチラインを明確にする)
- ③ おには両手タッチ
- ④ タッチされた子はタッチライン
に戻り5回ジャンプしてからゴール
に戻る。
- ⑤ コートから出てしまったら
タッチラインに戻る。

指導上の留意点/キーファクター

- 得点を判定する
審判をつける
こと
- きめられた時約
5分ハーフ
攻め守り2回
- タッチライン外に
いる時は攻め
側はタッチされない
- (ライン外)の判定要
(タッチ)