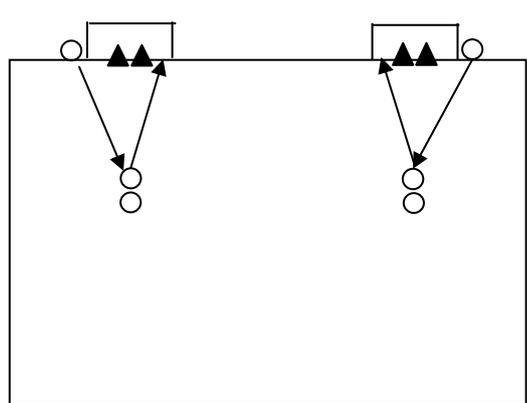
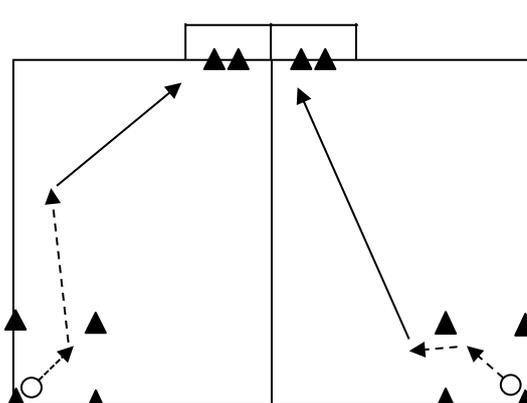
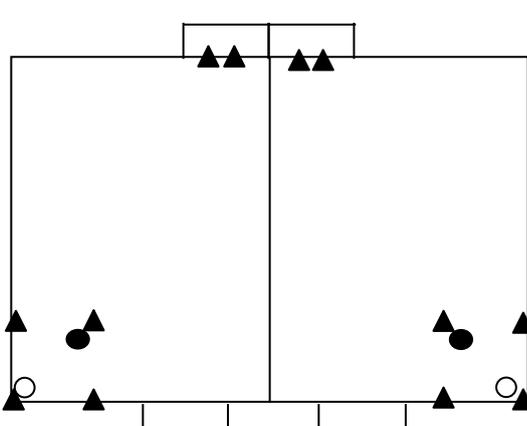
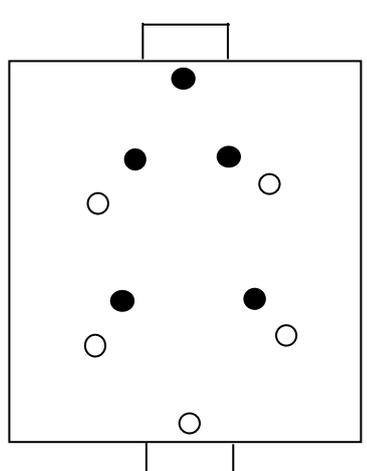


【 基礎クリニック トレーニング計画表 】

テーマ	シュート			時間	90分
対象	小学校1・2年(U8)	実施日	2023年1月28日(土)	名前	清水 宏祐

<p>W-up リフティング・ボレーシュート対決</p> <p>○リフティング</p> <p>○ボレーシュート対決(4ヶ所)          投げてもらったボールをボレーシュート          コーンに当たらずゴール 1点          点数勝負</p> 	<p>TR1 シュート(4ヶ所)</p> <p>○ドリブルシュート</p> <p>①縦に突破→シュート          ②中に突破→シュート</p> <p>①縦に突破→シュート      ②中に突破→シュート</p> 
<p>TR2 1対1(4ヶ所)</p> <p>○1対1</p> <p>OF...四角の範囲を突破してシュート          DF...奪ったらミニゴールへシュート</p> 	<p>Game 4対4+2GK</p> <p>○縦24m×横14m          ○通常ルール</p> 

【キーファクター】

- ・シュートの質(強さ、方向、タイミング)
- ・ゴール方向へ向かう意識
- ・素早くシュートを打つ
- ・攻撃・守備の目的、優先順位