

5/6月のSSGスクール指導内容【小学3・4年生】

- ・ W-UP : コーディネーショントレーニング
いろいろなステップでのランニング
ボールを投げる・キャッチする
2人組でのボールを使った運動
キック
- ・ 3 : 3 のゲーム
20m×15m、GKなし、オフサイドなし
アルファゴールもしくはコーンゴール（幅2m、高さ1m）
ペアは時間で変えていく
ドリブルイン、キックイン
- ・ トレーニング
ゲームで上手くいっていない所のトレーニング
蹴る・止める・運ぶ・シュート
- ・ 4 : 4 のゲーム
30m×20m、GKなし、オフサイドなし
フットサルゴールを寝かせて使用
ドリブルイン、キックイン
- ・ トレーニング
ゲームで上手くいっていない所のトレーニング
蹴る・止める・運ぶ・シュート
パス・ポゼッション
- ・ 5 : 5 のゲーム
35m×25m、GKあり、オフサイドなし
フットサルゴール（3m×2m）
ドリブルイン、キックイン