

JFA Academy FUKUSHIMA Girls GK Monthly Schedule

09'5月

テーマ	
U-17	〔攻撃参加・DFとの連携〕
U-14	〔基本技術(ディフレクティング・パンチング)〕
U-13	〔コーディネーション・フィールドプレー〕

週	カテゴリ	月	火	水	木	金	土	日
						1	2	3
	U-17 U-14 U-13					OFF	OFF	OFF
5		4	5	6	7	8	9	10
	U-17 U-14 U-13	OFF	OFF	OFF	基本技術・個人戦術	反応・反射／スピード 基本技術	TRM	TRM
6		11	12	13	14	15	16	17
	U-17 U-14 U-13	OFF	基本技術	フィールドプレー 個人戦術・連続動作	TRM	反応・反射／スピード		
			OFF	基本技術	フィールドプレー	基本技術		
7		18	19	20	21	22	23	24
	U-17 U-14 U-13	OFF	基本技術	フィールドプレー 個人戦術・連続動作	TRM	反応・反射／スピード	U-19 日本女子代表候補トレーニングキャンプ	
			フィールドプレー	基本技術	フィールドプレー	基本技術	フィジカル・フィットネス	
8		25	26	27	28	29	30	31
	U-17 U-14 U-13	U-19 日本女子代表候補トレーニングキャンプ		フィールドプレー 個人戦術・連続動作		反応・反射／スピード		
		OFF	フィールドプレー	基本技術		基本技術		

〔 成果 〕		〔 課題 〕	
U-17	<ul style="list-style-type: none"> ・球際で強くいけるようになってきた ・DF背後の予測の向上 	U-17	<ul style="list-style-type: none"> ・キック、スローのスキル向上 ・フィジカル、フィットネスの向上(バランス、体幹、スピード) ・3ゾーンと4つの局面を把握した上でのゲームの関わり方
U-14	<ul style="list-style-type: none"> ・DF背後の予測と決断力の向上 ・シュートに対して足が運べるようになってきた ・声の量が増えてきた 	U-14	<ul style="list-style-type: none"> ・フィールドプレーのスキル向上 ・基本技術・個人戦術の徹底 ・守備範囲の拡大(簡単に倒れない)
U-13	<ul style="list-style-type: none"> ・安全確実にプレーする意識の向上 	U-13	<ul style="list-style-type: none"> ・ランニングテクニック ・基本技術の習慣化