

2011 JFA Academy FUKUSHIMA Girls GK Monthly Schedule

2月

テーマ
U-16 [ブレイクアウェイ]
U-15 [ブレイクアウェイ]
U-13 [コーディネーション・基本技術]

週	カテゴリー	月	火	水	木	金	土	日
44				1	2	3	4	5
	U-16			基本技術・個人戦術	基本技術・個人戦術	反応・反射ノスピード	復興支援フェスティバル	
	U-15							
U-13								
45		6	7	8	9	10	11	12
	U-16	OFF	フィールドプレー	基本技術・個人戦術	U-17日本女子代表候補トレーニングキャンプ			
	U-15				基本技術・個人戦術	反応・反射ノスピード		
U-13								
46		13	14	15	16	17	18	19
	U-16		ミーティング	メディカルチェック	基本技術・個人戦術	反応・反射ノスピード		OFF
	U-15							
U-13	OFF							
47		20	21	22	23	24	25	26
	U-16	OFF	フィールドプレー	基本技術・個人戦術	基本技術・個人戦術	反応・反射ノスピード		TRM
	U-15							
U-13								
48		27	28	29				
	U-16	OFF	フィールドプレー					
	U-15							
U-13								

カテゴリー	〔 成 果 〕	〔 課 題 〕
U-16	<ul style="list-style-type: none"> ・準備の質の向上 ・リーダーシップの発揮 	<ul style="list-style-type: none"> ・動きながら、混戦状況でのテクニック発揮 ・体幹強化を中心としたフィジカルフィットネスの向上 ・1:1の状況下における対応の向上(フロントダイビングorブロックング)
U-15	<ul style="list-style-type: none"> ・準備の質の向上 ・コーチングの向上により守備組織を構築できるようになってきた 	<ul style="list-style-type: none"> ・1:1の状況下で身体が正対できずシュートコースが空く ・身体近くの左方向へのシュートの対応(コラプシングテクニック) ・リーダーシップ
U-13	<ul style="list-style-type: none"> ・全体的な基本技術の向上 ・ボールを奪う意識が高い ・コーディネーションの向上 	<ul style="list-style-type: none"> ・足を運ぶことができず簡単に倒れてしまう(膝が先についてしまう) ・シュートに対して足が出てしまう(重心が後傾してしまうのとスタンスが広い) ・フットボーラーとしての技術向上