

2011 JFA Academy FUKUSHIMA Girls GK Monthly Schedule

3月

テーマ
U-16 [クロス]
U-15 [クロス]
U-13 [コーディネーション・アングルプレー]

週	カテゴリー	月	火	水	木	金	土	日	
48					1	2	3	4	
	U-16 U-15 U-13				フィールドプレー	卒校式		TRM	
						スーパー少女プロジェクト			
49		5	6	7	8	9	10	11	
	U-16 U-15 U-13	OFF	フィジカル測定	基本技術・個人戦術	連続動作・ゲーム形式	反応・反射ノスピード		静岡県ヤング サッカーフェスティバル	
					連続動作・ゲーム形式	移 動	福島県U-13リーグ		
50		12	13	14	15	16	17	18	
	U-16 U-15 U-13	OFF	フィールドプレー	基本技術・個人戦術	フィジカル測定	反応・反射ノスピード	帰 省		
51		19	20	21	22	23	24	25	
	U-16 U-15 U-13	帰 省						U-13 エリートプログラム	
52		26	27	28	29	30	31		
	U-16 U-15 U-13			基本技術・個人戦術	連続動作 ゲーム形式	反応・反射ノスピード	TRM		
		U-13 エリートプログラム			帰 省				

カテゴリー	〔 成 果 〕	〔 課 題 〕
U-16	<ul style="list-style-type: none"> ・近距離シュートへの対応向上⇒準備の質の向上 ・声の増加⇒観て伝える意識の向上 ・あらゆる状況下で守備範囲を拡大させる意識 	<ul style="list-style-type: none"> ・体幹強化を中心としたフィジカルフィットネスの向上 ・連続して強く速く身体を動かす ・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)
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 ・あらゆる状況下で守備範囲を拡大させる意識 	<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) ・リスクマネージメント
U-13	<ul style="list-style-type: none"> ・全体的な基本技術の向上(特にキャッチングの質) ・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) ・出る、出ないのジャッジ ・柔軟性