

ラ ガ ッ サ Ragazza



「笑と笑顔が絶えない環境で巧くなる」

2017年度
年間プログラム



ラガツサ Ragazza

「笑と笑顔が絶えない環境で巧くなる」

年間テーマ...基本技術を身に付けよう

- シュート、コントロール
- 守備
- パス
- ドリブル、ボールフィーリング

4ヶ月別テーマ...

4月～ 6月 【パス&コントロール】

7月～ 9月 【守備】

10月～12月 【ドリブル】

1月～ 3月 【ポゼッション】





ラガツサ Ragazza

「笑と笑顔が絶えない環境で巧くなる」
年間テーマ...基本技術を身に付けよう

月別テーマ(内容)

パス&コントロール(4月~6月)

- 4月【インサイド】・・・インサイドキック
- 5月【インサイド】・・・動きながらのインサイドキック
- 6月【インサイド】・・・ワンタッチ

守備(7月~9月)

- 7月【1:1】・・・守備の原則、ステップ
- 8月【1:1】・・・対人
- 9月【2:2】・・・グループで奪う

ドリブル(10月~12月)

- 10月【タッチ】・・・ドリル形式、フェイント
- 11月【1:1】・・・仕掛けのドリブル
- 12月【2:2】・・・判断を持ったドリブル

ポゼッション(1月~3月)

- 1月【ポゼッション】・・・観る、ポジショニング
- 2月【ポゼッション】・・・観る、視野の確保
- 3月【ポゼッション】・・・観ること、観ておくこと





ラガツサ Ragazza

※月の終わりに振り返ってみよう！翌月の月初めに書いて持って来て下さい。

4月

5月

6月

7月

8月

9月

10月

11月

12月

1月

2月

3月