

フライングフットボール(11) ()班 月 日() (記録)

ノートの記録順(A)→(B)→(C)→(D)→(E)

※担当者が責任をもって書く。他人任せにしない!

○今日のめあて

◎練習計画に基づいて、作戦練習を行う。(5人のプレイ)

☆攻撃 立てた作戦(5つ)を覚え、練習を行う。(各ポジションと動きの確認)

☆守備 3つのディフェンスを覚え、練習を行う。(各ポジションと動きの確認)

プレス	マンツーマン	ゾーン
----- ----- -----	----- ----- -----	----- ----- -----
攻撃側	攻撃側	攻撃側

※自分たちのチームのフォーメーションを決め、各ポジションに名前を記入します。

<練習計画> どの時間に何をするのかを明確にする。休憩も入れる。

11:00	今日の説明
11:10	-----
11:20	-----
11:30	-----
11:40	-----
11:50	-----
12:00	-----
12:10	-----
12:15	授業の感想、片付け

作戦の記録

()ラン・パスなどを記入< >は個人名

①()の作戦 < >	②()の作戦 < >
-----○-----	-----○-----
③()の作戦 < >	④()の作戦 < >
-----○-----	-----○-----
⑤()の作戦 < >	今日のグループ練習について
-----○-----	