

【様式2】

練習計画予定表

1 種 目 サッカー

2 参加校（学校名： 市内中学校 ）

活動予定日	令和 7 年 10 月 26 日（日）
活動予定時間	AM・PM 8:00 ~ 12:00
活動場所	いわき市立湯本第一小学校
運営責任者氏名	白鳥 貴大
指導者氏名	白鳥 貴大、宮本 和典、矢吹 謙吏
時 間	実 施 内 容
8:00	名簿確認
8:30	あいさつ
8:40	ウォーミングアップ
9:00	パス&コントロール、ドリブルドリル
9:30	1対1、2対1
10:00	3対3、4対4（ミニゲーム）
10:40	7対7（ハーフコートゲーム）
11:15	ダウン、片付け
11:30	あいさつ
12:00	生徒解散確認後、終了