

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Hal
1.1	Lapangan Sepak Bola	13
1.2	Bola Yang Digunakan Dalam Bermain Sepak Bola.....	14
1.3	Penambahan Beban Latihan Secara Bertahap	17
2.1	Latihan <i>One Target</i>	23
2.2	Latihan <i>Two Target</i>	25
2.3	Latihan <i>Game With Pressure</i>	27
2.4	Latihan Menghadapi Lawan	29
2.5	Latihan <i>Qontrol The Ball</i>	31
2.6	Latihan <i>One Area</i>	33
2.7	Latihan <i>Two Area</i>	35
2.8	Latihan <i>Game Zone</i>	37
2.9	Latihan Rintangan Lawan.....	39
2.10	Latihan <i>Derby Game</i>	41
3.1	Langkah Penggunaan Metode <i>Research and Development</i>	46
4.1	Latihan <i>One Target</i>	55
4.2	Latihan <i>Two Target</i>	57
4.3	Latihan <i>Game With Pressure</i>	59
4.4	Latihan Menghadapi Lawan	61
4.5	Latihan <i>Qontrol The Ball</i>	63
4.6	Latihan <i>One Area</i>	65
4.7	Latihan <i>Two Area</i>	67
4.8	Latihan <i>Game Zone</i>	69
4.9	Latihan Rintangan Lawan.....	71
4.10	Latihan <i>Derby Game</i>	73
5.1	Latihan <i>One Target</i>	86
5.2	Latihan <i>One Target</i> Dengan Satu Pemain Netral	88
5.3	Latihan <i>One Area</i>	90
5.4	Latihan <i>One Area</i> Dengan Satu Pemain Netral	92
5.5	Latihan Rintangan Lawan.....	94

5.6	Latihan Rintangan Lawan <i>Two Ball</i>	96
5.7	Latihan <i>Game With Pressure</i>	98
5.8	Latihan Menghadapi Lawan	100
5.9	Latihan <i>Control The Ball</i>	102
5.10	Latihan <i>Game Zone</i>	104
6.1	Latihan <i>One Target</i>	154
6.2	Latihan <i>One Target</i> Dengan Satu Pemain Netral	156
6.3	Latihan <i>One Area</i>	158
6.4	Latihan <i>One Area</i> Dengan Satu Pemain Netral	160
6.5	Latihan Rintangan Lawan	162
6.6	Latihan Rintangan Lawan <i>Two Ball</i>	164
6.7	Latihan <i>Game With Pressure</i>	166
6.8	Latihan Menghadapi Lawan	168
6.9	Latihan <i>Control The Ball</i>	170
6.10	Latihan <i>Game Zone</i>	172
7.1	Gambar Validator Ahli Pelatih	174
7.2	Gambar Validator Ahli Olahraga	174
7.3	Gambar Validator Ahli Bahasa	175
7.4	Gambar Uji Coba Kelompok Kecil dan Besar SSB Satria Muda Kosek	176
7.5	Gambar Uji Coba Kelompok Kecil dan Besar SSB Gumarang FC	177
7.6	Gambar Uji Coba Kelompok Kecil dan Besar SSB Porkam FC	178
7.7	Gambar Uji coba Kelompok Besar SSB Bhineka dan SSB Disporasu	179
7.8	Gambar Arahan Untuk Atlet Mengisi Angket Uji Kelompok Kecil dan Besar	180