

キッズエリート指導案

(社)大阪府サッカー協会 キッズ委員会
キッズエリートWG

■実施日時	2009 年 7 月 10 日 (金)	
■施設名称	東住吉総合高校グラウンド	
■コース・人数	U-7 南コース	21人
■指導スタッフ	① 吉村 幸久	
	② 寺澤 昂樹	

時間	内容	目的	
0 ~ 15	【 あいさつ 】 【 W-UP 】 凍り鬼 鬼役：初めはコーチ→こども鬼へ移行 3人固まってピンゴ!と叫んだら復活	「安心度」「夢中度」 コーチとのやりとりを楽しみながら動く 仲間を助けることでコミュニケーションをとる 周りを見て走る+素早い切り返しの動作	
15 ~ 30	【 TR-1 】 サッカーサーキット <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> </div> <div style="text-align: left;"> <p>ボールなし</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ジグザグ走 ・バック走 ・ケンケン走etc <p>ボールあり</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールタッチ ・インサイドタッチ ・ジグザグドリブルetc </div> </div>	コーディネーション ボールコントロール動作の反復 仲間と力を合わせる 仲間のプレーを見て刺激を受ける	
30 ~ 35	【 休憩 】		
35 ~ 50	【 TR-2 】 1対1~4対4 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> </div> <div style="text-align: center;"> </div> </div> <p>コーチからボールを配給</p> <p>選手は自陣ゴールからスタート コーチが笛を吹いた数と同じ人数で対決 シュートあり</p> <p>2コートで行う</p>	集中力 積極的にボールへ向かう ゴールの意識 かわす動作	
50 ~ 70	【 GAME 】 5対5~6対6	2コートで行う マルチボールで行う キーパーなし	積極的にボールへ向かう ゴールの意識 enjoy
70 ~ 75	【 C-down 】 【 あいさつ 】		

使用備品 コーン30本 マーカー30個 ビブス 4色×6枚
--