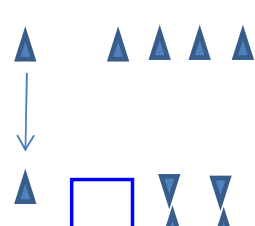
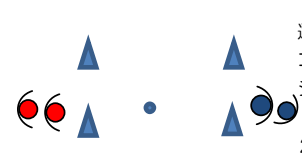


キッズエリート指導案

(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 9 月 4 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  <ul style="list-style-type: none"> ボールなし ・ジグザグ走 ・バック走 ・ケンケン走etc ボールあり ・ボールタッチ ・インサイドタッチ ・ジグザグドリブルetc 	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  <ul style="list-style-type: none"> コーチからボールを配給 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 2コートで行う 	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
--