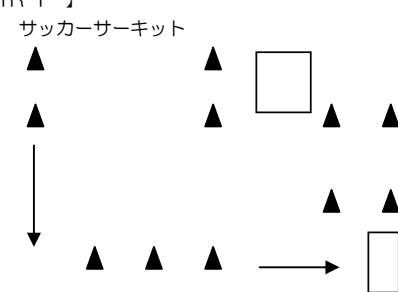
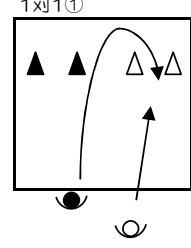
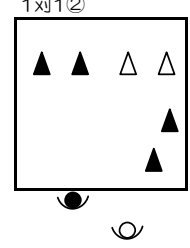
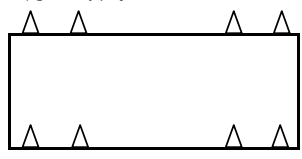
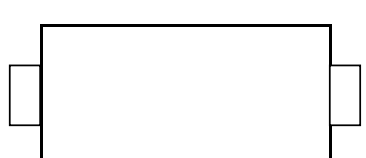


キッズエリート指導案

(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 18 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 寺澤 昂樹	
	② 吉村 幸久	

■指導案 ※出来るだけ詳しく記入してください

時間	内容	目的
0~15 分	<p>【 挨拶 】</p> <p>【 TR-1 】</p> <p>サッカーサーキット</p>  <p>ボールなし ・ジグザグ走 ・バック走 ・でんぐりがえり</p> <p>・手押し車 ・競争 ・ジャンプetc</p> <p>ボールあり ・シュート ・投げてキャッチ ・ジグザグドリブル</p> <p>・ボールタッチ ・ドリブル競争 ・ターンetc</p>	<p>仲間と力を合わせる 仲間のプレーを見て刺激を受ける</p> <p>多種多様な動作の反復 コーディネーション</p> <p>ボールコントロール動作の反復</p>
20~40 分	<p>【 TR-2 】</p> <p>1対1①</p>  <p>ボールなし ・前がオフェンス。 ・後ろがディフェンス。 ・オフェンスはいずれかのコーンの間を外側から通過。 ・ディフェンスは通過をタッチで阻止する(タッチはコーン間でのみ)。</p> <p>1対1②</p>  <p>ボールなし ・①同様で行う。</p> <p>ボールあり ・内側からコーンを通しても良い。 ・ディフェンスがボールを奪った場合も同様に通過を目指す。</p>	<p>相手を見る 相手とのかけひきから逆をとる(オフェンス) タイミングをみて相手によせる(ディフェンス) ターン</p>
45~70 分	<p>【 GAME-1 】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・5対5~6対6 ・4ゴールゲーム ・マルチボール  <p>【 GAME-2 】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・5対5~6対6 ・ノーマルゲーム ・マルチボール ・キーパーなし 	<p>相手を見る 相手とのかけひき ターン 仲間とのコミュニケーション</p> <p>相手を見る 相手とのかけひき ターン 仲間とのコミュニケーション</p>
75 分	【 挨拶 】	

<p>[準備物]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コーン (32本) ・マーカー (50枚) ・ゴール (2対) ・ピブス (4色×6枚)
