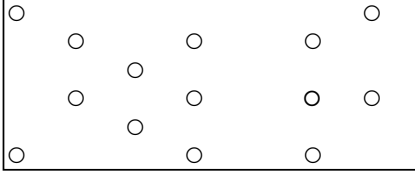
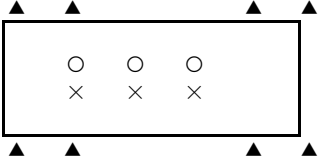


キッズエリート指導案

(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 10 月 23日 (金)	
■施設名称	スポーツパーク東海岩室	
■コース・人数	U-8南コース	30名
■指導スタッフ	①寺尾和也	
	②榎谷孝行	
■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
0～5分	・挨拶	
5～10分	<p>・マーカーを使ったのステップ</p> <p>○○○→ ▲ ▲▲ ▲▲ ▲</p> <p>①1歩ずつマーカーの間に足をつき走る ②2歩ずつマーカーの間に足をつき走る ③横向きで走るなど</p>	<p>・敏捷性</p> <p>・ステップをすばやく踏む</p>
10～20分	<p>・ボール出し (15名の2グループ)</p>  <p>(グリッドの外に自分以外の人のボールを蹴りだす。) (個人からグループ対戦へ)</p>	<p>・危機管理能力</p> <p>・周りを見る</p> <p>・ボールコントロール</p>
20～25分 25～35分	<p>・給水</p> <p>・1対1</p>  <p>(1コートで3～4グループが1対1を同時に行う。)</p>	<p>・沢山のグループがいる中でぶつからない様に周りを見る。</p> <p>・2つのゴールを使い、相手との駆け引きをする。</p>
35～70分	・ノーマルゲーム (2コート)	