



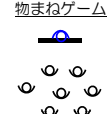
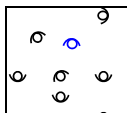
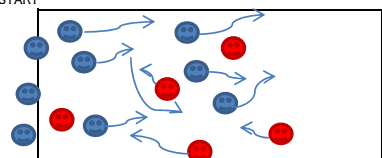
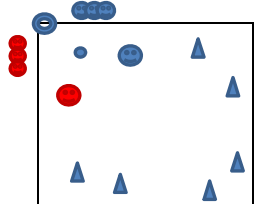
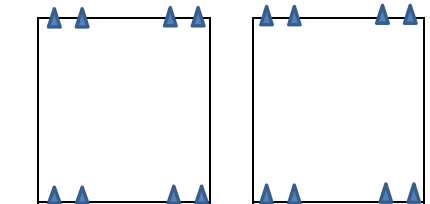


キッズエリート指導案

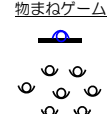
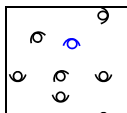
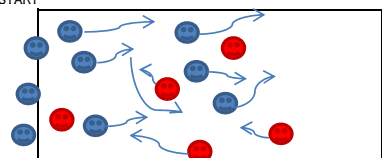
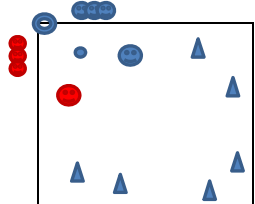
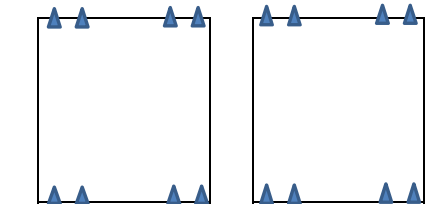
(社)大阪府サッカー協会 キッズ委員会
キッズエリートWG

■実施日時		2008年7月18日(金)	
■施設名称		万博協会グラウンド	
■コース・人数		北コース U-7	22人
■指導スタッフ		①定森 正剛	
		②永良 雅彦	
■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	集合・挨拶 (大きな声で元気良く)		元気よく
5 ~ 20	<p>おしり当てゲーム(自分対全員) ボールを手で持つ⇒ボールを周りの選手のおしりにタッチしたら1点 ①持ったままタッチ ②ボールを投げて当てる</p> <p>発展:相手の持っているボールをはたいても良い 転がってるボールを蹴っても良い</p> <p>キーファクター ①積極的に点を取りに行こう!! 自分のおしりを守ろう(相手の方を向く) ②上記2点 投げた後に素早く拾おう 相手が拾ってる時はチャンス! ※駆け引きしている2人を狙うが出来たら◎</p>		① ステップワークの習得 様々な運動経験 身体の反転など 判断して行動 相手とのかけひき ② ステップワークの習得 様々な運動経験 身体の反転など 投げる・拾う 判断して行動 相手とのかけひき ルーズボールへの対応
20 ~ 25	給水		
25 ~ 45	<p>サーキットトレーニング</p> <p>●手で転がす ●ボールは下自分上 ⇒パスケドリブル</p>  <p>●でんぐり返し ●ボール持って両足ジャンプ ⇒でんぐり返しキャッチ</p>  <p>●ドリブル ●シュート</p> 		ボールフィーリング 様々な運動経験 楽しく楽しく 様子を見てレベルを上げる
45 ~ 50	(給水)		
50 ~ 75	<p>◆ゲーム 3対3対3</p>  <p>3チームでのゲーム シュート方向はどちらからも可 休みの選手が球拾い マルチボールで行う 2分で勝ち残り ゴールにピブスつけわかりやすくする</p> <p>各チームを各ゴールに配置しスタートする スタートしたゴールに入れば得点</p>		
マーカー: 8個 コーン20 パー: 3本 ミニゴール: 1つ ×2コース パーありますか?なければ別メニューを考えます。			

■実施日時	2008年9月5日(金) 予定	
■施設名称	万博協会グラウンド	
■コース・人数	北コース U-7	22人
■指導スタッフ	①定森 正剛	
	②永良 雅彦	
■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	集合・挨拶 (大きな声で元気良く)	元気良く! さあはじまるぞ! という雰囲気作りが重要。
5 ~ 20	◆ウォームアップ 物まねゲーム  一人が前に立ち様々な動きを行う。 他の子達はその動きを真似して動く。 前の一人が動くのはライン上のみ。 ※まねをする側の子ども達の距離に注意。 側転など大きな動きが出た場合の接触など。 ◆物まねドリブル  全員がボールを一球ずつ持つ。 指定した一人の動きを全員が真似する。 フェイントなど意識的に行わせる。	目で見たものを認識し、 行動に移す。 ※ 様子を観て、給水が必要であれば入れる
20 ~ 30	通り抜け鬼ごっこ START GOAL  STARTからGOALまで鬼にタッチされずに通り抜ければ1点 タッチされたらサイドからSTARTへ戻る 1点とったらサイドから戻り2点目を取りに行く	相手を観て判断 いく・やめる・逆をとる 間合い ステップワークの習得
30 ~ 35	(給水)	
35 ~ 50	1対1 3ゴール  サーバーからボールを入れる (配給に工夫) 1対1 2コート ・3つの内1つのゴールを 通過すれば勝ち	相手を観て判断 かけひき いく・やめる・逆をとる 間合い
50 ~ 55	(給水)	
55 ~ 75	4対4 × 2コート 	相手の逆をとる
コーン15本程度あれば十分です。		

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

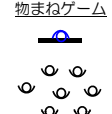
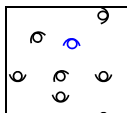
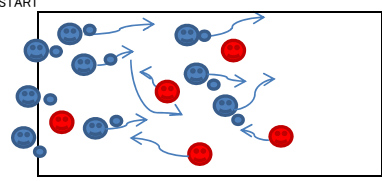

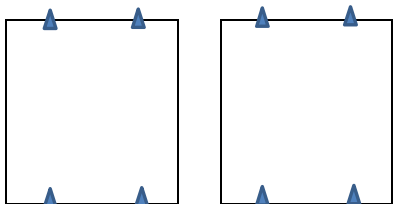
■実施日時		2008年11月7日(金)	
■施設名称		万博協会グラウンド	
■コース・人数		北コース U-7	22人
■指導スタッフ		①永良 雅彦 ②定森 正剛	
■指導案 ※出来るだけ詳しく記入してください			
時間	内容		目的
0 ~ 5	集合・挨拶 (大きな声で元気良く)		元気良く! さあはじまるぞ! という雰囲気作りが重要。
5 ~ 20	<p>◆ウォームアップ 物まねゲーム</p>  <p>一人が前に立ち様々な動きを行う。 他の子達はその動きを真似して動く。 前の一人が動くのはライン上のみ。 ※まねをする側の子達の距離に注意。 側転など大きな動きが出た場合の接触など。</p> <p>◆物まねドリブル</p>  <p>全員がボールを一球ずつ持つ。 指定した一人の動きを全員が真似する。 フェイントなど意識的に行わせる。</p>		目で見たいものを認識し、 行動に移す。
20 ~ 30	<p>通り抜け鬼ごっこ</p>  <p>STARTからGOALまで鬼にタッチされずに通り抜ければ1点 タッチされたらサイドからSTARTへ戻る 1点とったらサイドから戻り2点目を取りに行く</p>		※ 様子を観て、給水が必要であれば入れる
30 ~ 35	(給水)		
35 ~ 50	<p>1対1 3ゴール</p>  <p>サーバーからボールを入れる (配給に工夫) 1対1 2コート ・3つの内1つのゴールを 通過すれば勝ち</p>		相手を観て判断 かけひき いく・やめる・逆をとる 間合い
50 ~ 55	(給水)		
55 ~ 75	<p>4対4 × 2コート</p> 		相手の逆をとる
コーン15本程度あれば十分です。			

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	2008年12月5日(金) 予定	
■施設名称	万博協会グラウンド	
■コース・人数	北コース U-7	22人
■指導スタッフ	①永良 雅彦	
	②定森 正剛	

■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	集合・挨拶 (大きな声で元気良く)	元気良く! さあはじまるぞ! という雰囲気作りが重要。
5 ~ 20	◆ウォームアップ 物まねゲーム  一人が前に立ち様々な動きを行う。 他の子達はその動きを真似して動く。 前の一人が動くのはライン上のみ。 ※まねをする側の子ども達の距離に注意。 側転など大きな動きが出た場合の接触など。 ◆物まねドリブル  全員がボールを一球ずつ持つ。 指定した一人の動きを全員が真似する。 フェイントなど意識的に行わせる。	※ 様子を観て、給水が必要であれば入れる
20 ~ 30	通り抜け鬼ごっこ (ボールあり) START GOAL  STARTからGOALまで鬼にタッチされずにドリブル通過で1点 DFはボールを奪ったらSTARTラインまでドリブル 1点とったらサイドから戻り2点目を取りに行く	相手を観てドリブル いく・やめる・逆をとる 間合い 取られたら取り返す
30 ~ 35	(給水)	
35 ~ 50	リレー  各チーム2名: ボールフィーリングを入れながらリレー 待ってる間もボールタッチなどをさせる確目も入れる	DOの確保 待時間の工夫 サッカーの要素を適度に いれて楽しく楽しく 競争意識を持たせる
50 ~ 55	(給水)	
55 ~ 75	4対4 × 2コート 	

コート20本程度あれば十分です

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		2008年12月19日(金) 予定	
■施設名称		万博協会グラウンド	
■コース・人数		北コース U-7	22人
■指導スタッフ		①永良 雅彦	
		②定森 正剛	
■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	集合・挨拶 (大きな声で元気良く)		元気良く！さあはじまるぞ！ という雰囲気作りが重要。
5 ~ 15	ボールフィーリング 投げてでんぐり返しキャッチ・パウンドくぐり 右足インアウト・左足インアウト・両足インアウト 足の裏ダブルタッチ など		
15 ~ 30	通り抜け鬼ごっこ 横面：1点 短対面：2点 長対面：3点 コーンの間通ればプラス1点 タッチされたら元に戻る		
30 ~ 35	(給水)		
35 ~ 50	1対1 (2ゴール ドリブル通過)		相手の逆を取る 間合い 駆け引き
	2コートで実施 できれば4コート D.Oの確保 配給のタイミング 配給の工夫		
50 ~ 55	(給水)		
55 ~ 75	2ゴール 4対4 アンド 5対5		思いっきり楽しく 相手の逆を取る 間合い 駆け引き
コーン20個・マーカー20枚			