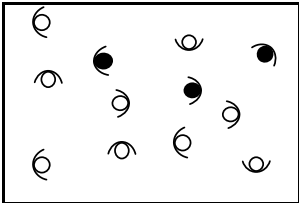
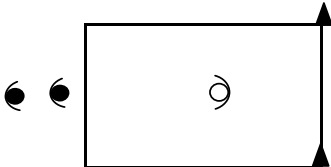
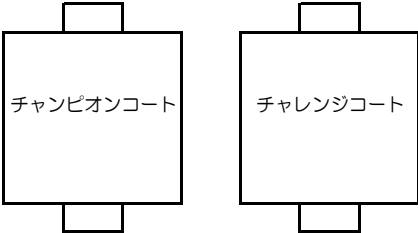


# キッズエリート指導案

(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 12 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		
時間	内容	目的
0~5 分 5~15 分	<p>【 挨拶 】 【 W-UP 】</p>  <p>出会った人と互いにボールを投げ合い ①キャッチ ②胸でおさえる ③おしりでおさえる ④足の裏 ⑤インサイド ⑥アウトサイド</p>	<p>コーディネーション 浮き球のコントロール コミュニケーション</p>
15~35 分	<p>【 TR-1 】 通り抜け 1対1</p>  <p>①ボールなし ・おににタッチされずにライン通過 ・タッチされたらおにに交代</p> <p>②ボールあり ・①同様 ・おにはボールをうばったらグリット外へ出る ・ボールがラインから出た場合はおにの勝ち</p> <p>※待機している次の番は、前の勝負がつき次第、即座にスタートしてよい。</p>	<p>相手をみる かけひき ボールコントロール</p> <p>即座の判断 攻守のきりかえ</p>
35~70 分	<p>【 GAME 】</p>  <p>・ノーマルゲーム ・5対5~6対6 ・勝てばチャンピオンコート、負ければチャレンジコート ・キック or ドリブルイン</p>	<p>相手をみる かけひき リスタート時の即座の判断 楽しむ コミュニケーション</p>
70~75 分	<p>【 挨拶 】</p>	<p>トレーニングの振り返り 今後に向けて</p>

[準備物] ・コーン (10本) ・マーカー (30枚) ・ゴール (2対) ・ピブス (4色×6枚)	備考