

## 2010年度キッズエリート指導案 (指導計画案)

実施日	2010年 7月 9日	コース	U-7北コース	人数	28
施設	万博・大阪サッカーG	スタッフ	眞田	定森	

### 指導方法

テーマ	
-----	--

<p><b>W - UP</b></p> <p>コーディネーション</p> <div style="display: flex; align-items: center; gap: 10px;"> </div> <p>フリーランニング バックステップ サイドステップ ワンステップで腿の下で手 たたく ランニング &amp; サイドステップ ランニング &amp; サイドステップ &amp; クロッシング</p> <p style="text-align: center;">A      B      × 4コース</p> <p>はじめはコーチからスタート合図をだす。 スタート合図を自分たちで行う。 相手の動きとシンクロして行う。 ゲーム 5対5      6チーム      3コート</p>	<p><b>TR 2</b></p> <p>1対1</p> <p>配球と同時にBから守備側選手がアプローチ。 攻撃はゴールへシュート、守備はCのコーンをドリ通過。 相手を良く見る事を意識させる。 攻撃側はボールを受ける前の身体の向きを意識。</p>
--	--

<p><b>TR 1</b></p> <p>1対1</p> <p>対面したコーンをターン、コーチは配給 A・Bどちらかのゴールにシュート</p> <p>オプション コーチ役もローテーションで行う A・BだけでなくCのゴールも追加</p>	<p><b>ゲーム</b></p> <p>5対5でのゲーム</p>
--	-----------------------------------

<p><b>KEY FACTOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・相手との駆け引き。</li> <li>・相手を良く見る。</li> <li>・運動量を多く。</li> <li>・ファーストタッチ</li> </ul>	<p>TR1とTR2を2グループに分けて行う</p>	<p>キッズゴール8対</p> <p>マーカー40枚</p> <p>フラッグコーン8本</p> <p>ピブス 5色×5枚</p>
---	----------------------------	--