（社）大阪府サッカー協会　キッズ委員会
キッズエリートWG

# 2010年度キッズエリート指導案

## 《指導計画案》

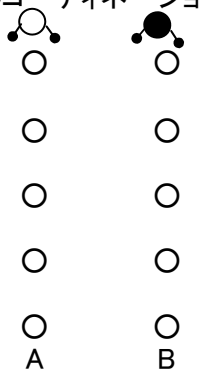
| 実施日 | 2010年　11月　19日 | コース | U-7南コース | 人数 | 30 |
|---|---|---|---|---|---|
| 施設 | 堺ナショナルトレーニングセンター | スタッフ | 眞田 | 松下 | |

### 指導方法

| テーマ | |
|---|---|

**W－UP**

①コーディネーション



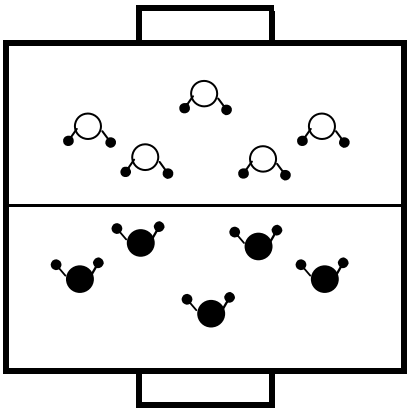

①フリーランニング
②バックステップ
③サイドステップ
④ワンステップで腿の下で手たたく
⑤ランニング＆サイドステップ
⑥ランニング＆サイドステップ＆クロッシング

×4コース

※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。

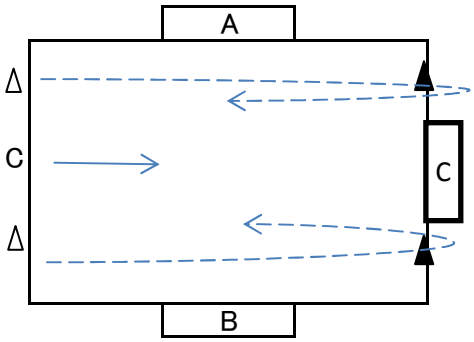
**ゲーム①**

5対5



**TR1**

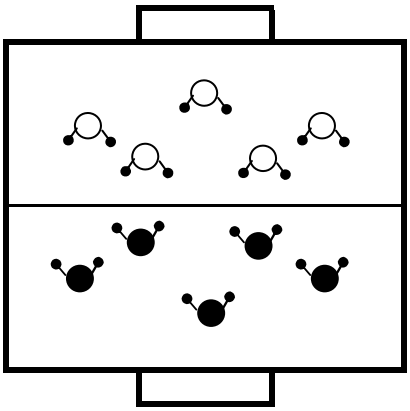
◇1対1




※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
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、Cも参加して1on1on1で行う

**ゲーム②**

◇ 5対5でのゲーム



**KEY FACTOR**

・相手との駆け引き。
・相手を良く見る。
・運動量を多く。
・ファーストタッチ

キッズゴール3対

マーカー40枚
フラッグコーン8本
ビブス　5色×5枚