

5/6月のSSGスクール指導内容【小学1・2年生】

- ・ W-UP : コーディネーショントレーニング
いろいろなステップでのランニング
ボールを投げる・キャッチする
ドリブル、いろいろな体の部位を使ってボールを止める
キック
- ・ 2 : 2 のゲーム
2人組を作ったのゲーム、18m×12m
アルファゴールもしくはコーンゴール
ペアは時間で変えていく
ドリブルイン、キックイン
- ・ トレーニング
ゲームで上手くいっていない所のトレーニング
蹴る・止める・運ぶ
- ・ 3 : 3 のゲーム
20m×15m、GKなし、オフサイドなし
アルファゴールもしくはコーンゴール（幅2m、高さ1m）
ペアは時間で変えていく
ドリブルイン、キックイン
点が入ったら、自陣ゴール脇にあるボールを取りに行き再開
相手ゴールキック時は1/3を超えるまで守備はできない
- ・ トレーニング
ゲームで上手くいっていない所のトレーニング
蹴る・止める・運ぶ
- ・ 4 : 4 のゲーム
25m×15m、GKなし、オフサイドなし
アルファゴールもしくはコーンゴール（幅2m、高さ1m）
ドリブルイン、キックイン
3:3を見て、ルール・条件を工夫する