

HFA キッズ通信



<http://www.hyogo-fa.gr.jp/kids/index.html>

明石サッカー協会

明石サッカー協会では、就学前のキッズを対象に親子でサッカーを楽しめるように、「キッズサッカーフェスティバル in 明石」を毎年秋に開催しています。

今年度は10月27日(日)に大蔵海岸多目的広場(フットサルコート3面)で行いました。186名の親子がミニゲームや鬼ごっこなど8つのアトラクションでボールにふれ、親子のふれあいも深めてもらい「楽しかった」「また来たい」などの声をたくさんいただきました。

また、キッズサッカーフェスティバルや訪問スクールのあと、もっとサッカーを楽しみたい、もっとサッカーをうまくなりたいというキッズのために、2018年12月より「キッズファンタジスタアカデミー」と名付けてサッカーイベントを開催しています。

今年度は6月と12月に実施し、最後に3月1日(土)にも開催する予定です。12月には60名を超え参加人数も増えてきており、サッカーを始めたばかりのキッズと、サッカーがどんどんうまくなっているキッズとに分けるようにして、参加したキッズがみんな楽しめるようくふうもしていています。

U-8対象にミニサッカー大会(6人制)も毎年秋に開催しています。

今年度は11月30日(土)に大蔵海岸フットサルコートにおいて19チームの参加で行い、U-8選手たちによる熱戦がたくさん繰り広げられました。

(明石サッカー協会 キッズ委員長 藤原嗣久)

JFA キッズサッカーフェスティバル

12月21日にユニバー記念競技場にて「JFA キッズサッカーフェスティバル」を開催しました。

少し寒い日でしたが、天候にも恵まれ元気いっぱいサッカーを楽しめたと思います。

また、今年は日本でラグビーのワールドカップもあり大変盛り上がりましたので、ラグビーのコーナーを設けました。

ほかにもフラフープやドッチビーのコーナーもいつも通り設けました。

色々なスポーツを体験してもらい、自由に身体を使えるようになってもらいたいです。

年末のお忙しい中、ご参加いただきましてありがとうございました。

これからもサッカーをもっともっと楽しめるように、新たにチャレンジしてもらえるフェスティバルにしたいと思っておりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。



(キッズフェスティバル部 岡部信雄)

脳震盪(のうしんどう)



頭蓋骨内での脳の回転加速度による衝撃により揺さぶられて起こるとされるもので、損傷部位が特定できないびまん性の脳損傷です。頭を打撲しなくても、ヘディングや頭の急な回旋でも起こることがあります。

症状が残っている状態で再度衝撃を受けた場合は、セカンドインパクト症候群を発症し、記名力障害や集中力の低下など社会生活にも支障をきたす後遺症を残したり、致命的な状態におちいることもあると言われています。

脳震盪の症状は、1)意識がなくなる(気を失う)。2)ふらついてしまう。3)不適切なプレーをする。4)反応が遅くなる。5)ぼんやりする。6)嘔吐する(はく、もどす)。7)興奮する、怒りやすくなる、不安になる。8)強い頭痛がある。9)霧の中にいる感じがする。10)自分の所属チームの名前が言えない。11)今日が何月何日か言えない。などです。

脳震盪かと思われたら、その後の運動はどうしたら良いのでしょうか？

たとえごく短時間(秒単位)でもいずれかの症状があれば、以後の運動は中止です。

ベンチなど人が注意して見れるところで安静にさせます。何か異常があれば大至急専門医(脳外科)の診察を受けさせて下さい。

異常が見られなくても一度専門医の診察を受けさせて下さい。

その後の運動復帰へのプログラムは2014年に日本サッカー協会が指針(大人も子どもも同じ)を出しました。

ステージ1:24時間以上の安静。ステージ2:70%以下の程度で歩行、水泳、室内での自転車。ステージ3:頭部への衝撃のないランニングなど。ステージ4:接触プレーのないパス練習など運動強度を強める。ステージ5:接触プレーを含む運動(通常練習)。ステージ6:通常の競技参加。で、各ステージは最低1日を費やすこととし、途中で症状が出れば24時間は安静とし、症状が出なかったステージから再開することになっています。

ただし、通常運動再開の判断は専門医を受診することが望ましい、とされています。

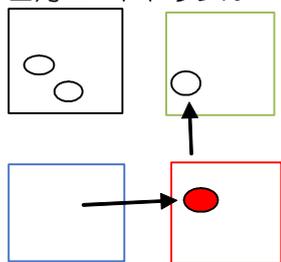
症状がすぐに治ったので練習や試合を再開するなどはやめさせて下さい。

大事なお子様方です。ちょっと頭を打っただけだからと思わず、しっかり見守ってあげて下さい。

(益子整形外科医院・ヴィッセル神戸医務室院長 益子秀久)

キッズドリル

四角コートドリブル



- ・コーチが鬼となり四角のグリッドを移動
 - ・子どもたちはドリブルをしながらコーチとは違う場所のコートに移動
- Keyfactor
- ・コーチがどこにいるか観る
 - ・方向転換ができる様にボールを足元から離さない

(JFA 公認キッズインストラクター 安部井雄太)

食育コラム

1日に必要なエネルギーをとるには3食しっかり食べることが大切です。朝・昼・夕の3回の食事と補食、と4回食事をするような気持ちで食べるようにすると無理なく食べることができます。

低学年でお菓子でおなかいっぱいにするような習慣をつけないことも大切です。また3食同じ割合で食べるのはむずかしいので朝はかるめ、昼は給食、夜は家族もそろってしっかり食べる、といううちが多いのではないのでしょうか。夕食はいっぱい食べるのに朝はまったく食欲がなくて・・・というご相談をうけることがあります。夕食のボリュームがありすぎると消化がうまくいかないまま朝食に影響がでることがあります。時間を早めにする・消化のいいものにする・量を調節するなどするようにします。反対に朝はしっかり食べないとお昼までにお腹がすいてしまいエネルギー切れになるのでいつもの食事に少し食材をプラスするようにしてみましょう。たとえば納豆やヨーグルト、フルーツなどはすぐ食卓に出せますし、もちは腹持ちがよく便利です。節分の豆はいり大豆ごはんにするなど行事食だけでなく普段から食べたい食材です。

(医科学委員会 管理栄養士 原田亮子)



楽しかった!!もっとやりたい!! またきてね!!とってもらえるように巡回指導(訪問スクール)の新たな取組について

『「巡回指導」とは、幼稚園や保育園、小学校等の場にこちらから巡回して、サッカーを楽しむ時間を提供するものです。その幼稚園や保育園、小学校に所属する子どもたちにプログラムを提供します。』と定義されています。

兵庫県協会の取組として幼稚園、保育園を中心に巡回指導を行っていましたが、今年度神戸市内の小学校、児童館で巡回指導を開催することができました。

ヴィッセル神戸・INAC 神戸は、小学校を中心に地域貢献事業として巡回指導を行っていますが、サッカー協会のスタッフが行ったのは、初めてです。今後、小学校・児童館でも数多く開催できるよう指導体制を強化したいと考えています。

神戸市内の小学生を対象とした巡回指導

- ① 日時 令和元年11月5日 開催場所 塩屋北小学校 校庭
参加者 塩屋北学童保育センター 小学1～4年生 40名
- ② 日時 令和2年2月7日 開催場所 東灘小学校 校庭
参加者 東灘小学校2年生 130名 【開催予定】



(訪問スクール部 岡 俊彦)

【キッズリーダー養成講習会】



2019年9月15日(日)兵庫県サッカー協会会議室とKR&AC 体育館でキッズリーダー養成講習会を開催しました。今回は幅広い年齢層の25名が参加して、子どもたちがサッカーに出会い、目覚め、大好きになるために我々大人のすべきことを真剣に学んだ講習会となりました。

2019年11月22日(金) 姫路日ノ本短期大学の学生さんを対象とした(公財)日本サッカー協会公認キッズリーダー養成講習会を開講しました。

姫路日ノ本短期大学さんでは在学中にキッズリーダーの資格を取得できます。

今回は33名がキッズリーダーに認定されました。

子どもたちが最初に出会う指導者であるため、役割も大きく

「基礎理論(講義)」、実技指導では「左右差なく」や

「チャレンジし失敗を認める」等を学び体感していただきました。

最後のシメはウォーキングサッカーで盛り上がりました。

開講にあたり顧問の先生をはじめ学校関係者の方々のご理解に感謝いたします。

(兵庫県サッカー協会 キッズ委員長 川瀬良裕)



ひょうごキッズ FB **【お知らせ】** <https://www.youtube.com/watch?v=S1>



詳しくは
ホームページを
ご覧下さいネ!

HFAキッズ委員会



info@hyogo-fa.gr.jp ^

皆様のご訪問を心より

お待ち申し上げます(編集F)



<発信元> (一社)兵庫県サッカー協会キッズ委員会

住 所: 神戸市中央区八幡通 2-1-10

電 話: 078-232-0753 FAX 078-232-4647

URL: <http://www.hyogo-fa.gr.jp/>

メール: info@hyogo-fa.gr.jp

