

HFA キッズ通信



カーライフサポート宣言の
トヨタカローラ兵庫

<https://www.c-hyogo.co.jp/>

【 JFA 公認キッズリーダー養成講習会 】

2020年度はコロナの影響もあり10月からの養成講習会スタートになりましたが、皆さまのご協力により、2月まで毎月開催させていただき、一般の方々と学生を含め、150名を超えるキッズリーダーが誕生致しました！！

スポーツで未来を明るくしたい。そのスポーツがサッカーならなお嬉しい！そんな想いでサッカー人口を増やしていきたいと思っています。サッカーを楽しむ子どもたちを増やすためには、その楽しさを伝える大人が多くなければならない。そんなきっかけを与えてあげられるのが「キッズリーダー」です。

今年度も、現在のところ緊急事態宣言により開催の目処は立っておりません。しかし、宣言が明けたあかつきには、どんどん機会を作っていきたいと考えています。みなさんも、スポーツを通してたくましい子どもたちが増えるよう、ご協力をよろしく願います。

(JFA 公認キッズリーダーチーフインストラクター兼リーダー養成部長 船本 浩樹)

【 キッズドリル 】 コーン倒し

・コーンを様々な方法で倒す

- ① 手で倒す
- ② ボールを持ちボールを投げて倒す
- ③ ボールをキックして倒す

※ コーンを倒す=出来た！という成功体験を沢山積み重ねてあげましょう。



コーンは小さく軽い物を利用すると簡単に倒れます。大きく重たいコーンしかない場合、コーンの上にマーカーを置き、マーカーを落とす方法もあります。

また、マーカーの上にボールを置いて蹴るとキックが簡単になり、コーンを倒しやすくなります。

工夫次第で子どもたちが盛り上がるメニューになります！

(JFA 公認キッズリーダーインストラクター 安部井 雄太)

【 子どもたちはサッカーを楽しむために全力でプレーしていますか？ 】

当たり前前にサッカーができていた環境が新型コロナウイルス感染症の影響によって外出やクラブ活動が制限され、試合や大会も相次いで中止になるといった状況になっております。いつもサッカーを楽しんでいた子どもたちにとっては大変つらい思いをしていることと思います。

しかし、こういう時期だからこそ、心身の発育とサッカーだけでなくスポーツ活動に必要な総合的な身体能力とを向上させてあげるような工夫が必要です。

例えば、家庭内のできる簡単な遊びの中に子どもに反応・判断させるような工夫（後出しじゃんけん、手押し相撲、鬼ごっこなど、コーディネーション能力を高める遊び）を考えてあげるだけで、トレーニングの幅がぐっと広がります。

今やスポーツの指導において、感染防止に配慮しつつ、適切なコンディショニングや傷害予防に対する教育と対策が求められています。特に子どもは痛くても我慢しながらサッカーを行う傾向にあります。指導者や保護者は、子どもたちの様子を温かく見守りつつ、無理してプレーしていないかということに気づいてあげる事が大切です。

そして、サッカーを楽しむために全力でプレーするにはどうしたらいいのかについて問いかけて、子どもたちときちんと話し合ってください。

子どもたちの主体的な取り組みや仲間との適度な競争と協調があり、トレーニングの量や強度、タイミングが適切に調整されるなどの条件を整えば、サッカーを心から楽しみながら競技パフォーマンスを向上させることができるのではないのでしょうか。

(医科学委員会 理学療法士 前川慎太郎)

【 栄養学 】

ちょっとした風邪でも敏感な今だからこそ、体調が崩さず元気に乗り切りたいですね。うがい・手洗いは習慣になっていますか？風邪や感染症、食中毒の予防にも効果的です。

そして、体内の免疫を高めることで、さらに予防をしましょう。

腸内細菌を整えることで、免疫力アップ!!
発酵食品や食物繊維を食事に取り入れてみましょう!



- ◆発酵食品〔ヨーグルト・納豆・味噌 etc〕
→生きた菌が多く含まれ、腸内の善玉の働きを助ける。
- ◆食物繊維〔野菜・海藻 etc〕
→便を柔らかくしたり、腸内環境を整える。

腸を整えると、バナナうんちが出るはず。毎日のうんちチェックで、身体の変化も本人が把握できるようになりたいですね。

(医科学委員会 管理栄養士 牛塚諒子)

巡回指導訪問スクール HP

https://hyogo-fa.gr.jp/kids/kids_school/



https://hyogo-fa.gr.jp/kids/kids_school/



ユニクロ CM 動画

20201212 UNIQLO SOCCER KIDS



<https://youtu.be/VqI5Aj5X8y0>

(一社)兵庫県サッカー協会 HP

<https://hyogo-fa.gr.jp>



<https://hyogo-fa.gr.jp/>

【巡回指導訪問スクール】

「巡回指導」とは、日本サッカー協会・キッズプロジェクト・キッズプログラムの活動の3本柱の一つです。兵庫県内の幼稚園、保育園や小学校等の場に有資格指導者が出向いてその園にいる子どもたちと保育士の方や先生方にサッカーを伝達する活動です。サッカーを全く知らなかった子どもたちも受動的ではありますが、サッカーを経験できる機会となりそれによりサッカーの楽しさ・喜びを感じてもらえる活動です。(JFA キッズ指導ガイドライン)

2021年度の巡回指導は、昨年度と比較すると順調に開催出来るている状況です。

5月15日現在、5協会6都市での開催が決定しています。西宮協会7園18回・神戸協会1園40回・姫路協会16園17回・但馬協会5園7回・丹有協会2園8回は、年間の予定がほぼ決定しています。緊急事態宣言が発令されていますが担当の講師は、県内の公式戦同様、指導日の2週間前からの体温チェック等基本的な感染予防の徹底を充分に行い、マスク・手洗いを徹底し安心安全な巡回指導を行います。子どもたちから“たのしかった”“もっとやりたい”“またきてね”といわれるよう指導を続けたいものです。

(副委員長兼巡回指導部長 岡 俊彦)

**(一社)兵庫県サッカー協会キッズ委員会では、今年度より
キッズチャレンジプログラム新設!詳しくはホームページをご覧ください!
URL・QRコードを読み取りご覧ください!**

【年間活動予定】

【巡回指導訪問スクール】

随時開催予定

【JFA 公認キッズリーダー養成講習会】

随時開催予定

- 9月12日 フットボールデー(ユニバー記念競技場)
- 11月 丹有グラスルーツフェスティバル
(駒が谷人工芝グラウンド)
- 12月18日 JFA キッズサッカーフェスティバル
(ユニバー記念競技場)
- 1月9日 ダイハツクリニック
(高校女子選手権付帯イベント)
- 3月6日 レディースサッカーフェスティバル
(ユニバー記念競技場サブグラウンド)
- 3月 ガバナー グラスルーツフェスティバル

ひょうごキッズ | Instagram

<https://www.instagram.com/hyogokids/>



<https://instagram.com/hyogokids>



HFA キッズ委員会 HP

<https://hyogo-fa.gr.jp/kids/>



<https://hyogo-fa.gr.jp/kids/>

ひょうごキッズ Facebook

<https://www.facebook.com/hyogo13kids/>



<https://www.facebook.com/hyogo13kids/>

【編集長交代挨拶】

近年 SNS 普及により、キッズ通信も紙ベースから動画配信等 Instagram・Facebook・HPへ連動し手軽に閲覧、情報提供広報を目指します 創刊当時より長らくご愛読戴き ありがとうございます 今後ともどうぞよろしく願いいたします (藤井さち代) (新編集長: 宮井 彩)

<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

詳しくはホームページをご覧くださいネ♪
info@hyogo-fa.gr.jp ^
皆様のご訪問を心よりお待ちしております

Soccer

