

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/>

【 芦屋市サッカー協会キッズの活動について 】

芦屋市サッカー協会では兵庫県サッカー協会キッズ委員会が立ち上がったと同時に芦屋サマーカーニバルという芦屋市で一番大きなお祭りの中でキッズフェスティバル イン サマーカーニバルということで毎年7月の第3土曜日に開催してまいりましたが、新型コロナウイルス感性的影響で前期、今期と2年中止をせざるを得なくなりました。

そんなコロナ禍の中でも芦屋市体育協会との共催で体協チャレンジキッズサッカーというプログラムは毎月第1、第3土曜日にU-6U-8を対象に開催してまいりました。

また2年前より教育委員会の依頼で放課後事業としてキッズスクエアにもHFAのキッズインストラクター岡さんの協力で芦屋市内8小学校で事業展開することができました。

残念ながら訪問キッズスクールは保育園や幼稚園のコロナ禍での受け入れが難しく保留となっています。

来期も新型コロナウイルスの感性的状況によりキッズの活動が活発になるように努めたいと思っています。

(芦屋市協会会長 西田俊一)

【 JFA 公認キッズリーダー養成講習会 】

今年度もコロナウィルスの影響で、養成講習会開催ができなかったり、中止になったりと、なかなか思い通りにはいきませんでした。11月・12月となんと3回開催し、学生・一般の方々を合わせて80名のキッズリーダーが誕生いたしました。(〇)/学生の方々には、本人がまず楽しんで身体を動かすと言う事を体験してもらおう実技を行い、一般の方々には実践しながら少しずつ大切なポイントを伝えながら行いました。一般の方々は、カテゴリーは違えど指導者の方がほとんどでしたので、次の日に「早く指導がしたい」と思ってもらえていたり、キッズを理解する事で自分の現在指導しているカテゴリーの選手を理解してくれていたら、とても有意義な講習会で、なんとか開催して良かったと思えます。

2022年度もコロナの状況はどのようになっていくかは分かりませんが、少しでも機会があれば開催し、キッズリーダー資格取得をきっかけに、子どもたちに身体を動かす楽しさの普及に努めてくださる方が増えるようにしたいと思います。

(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)

子どもの発育とスポーツ (脳神経系)

子どもは大人の小型ではありません。子どもの発育はすべてが一様に発達するわけではなく、各器官(脳神経系、骨、筋肉、生殖器など)によって発育の時期や程度が異なります。

脳神経系の発育は他の器官に比べ早く、脳の重さは5~6歳までに成人の90%に達し、12歳頃までにほぼ100%までに発育します。脳神経のうち生命維持に関係がある中脳や延髄は出生前に発育し、運動機能や平衡機能に関係がある小脳は生後より2歳までに急速に発育します。人間の脳細胞は生まれた時に120億ありますがその後は増加しません。脳の発育とは大きさや重さではなく機能が重要で、脳細胞と脳細胞を結ぶ神経繊維の連結(シナプス)が増加することが脳の発達を意味しています。

乳幼児期の脳神経系の成長は体の動かし方(寝返り→ハイハイ→つかまり立ち→自力での立ち上がり→歩行)として見られます。3歳までに歩行運動を習得し、3~5歳で協応平衡機能が伸び始め「走る」「跳ぶ」「投げる」といった基本動作の獲得が必要で、6~9歳は体のバランスもよく「正しい走り方」「正しい投げ方」「正しい泳ぎ方」など正しい運動基本動作の習得を目的として、反復練習を行うことが必要です。また、学童期はひとつのスポーツだけでなく様々なスポーツを経験し、色々な基本的な動作を体験することが必要です。

専門的な運動技術獲得の段階は中学生以降といわれています。学童期は発達に即した運動・遊びをさせて楽しんでスポーツをさせるのが一番大事です。

(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 】

【しっぽ取り鬼ごっこ】

- ・四角形や円形のコートの内側に入り鬼ごっこ
- ・ズボンの中にビブスを入れしっぽを作り、そのしっぽを取り合う

【ルール(例)】

- ① しっぽを取ったら返してあげる、取られた子はまたしっぽを付け直して再開
- ② 取ったしっぽを自分のしっぽにして本数を増やしていく。

【留意点】

- ・コート大きさに注意しましょう、狭すぎると衝突の危険性があります。広すぎると追いかける事が億劫になってしまいます。
- ・しっぽを取られた子は外で見ずに再開できるルールにしましょう。(動きの確保)
- ・しっぽが取れない子がいたらコーチと一緒にしっぽ取り鬼ごっこに参加しコーチのしっぽを取らせてあげる等の工夫をすると楽しく練習ができます。



(JFA 公認キッズリーダーインストラクター 安部井 雄太)

(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！**

(キッズ技術部長 金相煥)

【 2021年度 巡回指導(訪問スクール)での新たな取組について 】

「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居るこ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こ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) JFA(日本サッカー協会)は、2022年11月にポケモンとJYD

(JFA Youth&Development Programme) サポーター契約を締結を行い、ストライカーポケモンである“エースバーン”がJFAキッズアンバサダーに、就任しました。兵庫県下の巡回指導に派遣してもらうために申し込みをしましたが1回目の応募は、抽選で残念ながら落選してしまいました。2回目の応募申込で見事に当選し11月29日に西宮市立あおぞら幼稚園の巡回指導に“エースバーン”が参加してくれ子どもたちと一緒にサッカーを楽しみ記念撮影も行いました。参加者全員大喜びでした。“エースバーン”が巡回指導に来た噂は、すぐに地域に広まり、“エースバーン”が来た次の日に行われた巡回指導を行った幼稚園で今日は、エースバーンは来ないのでかと保護者から尋ねられ“エースバーン”の人気にびっくりしました。

エースバーン2022年度の活動予定

何度かポケモン“エースバーン”が巡回指導に派遣されます。派遣希望の方は、県協会キッズ委員会巡回指導部長(岡俊彦)迄ごメールでご連絡ください。

岡 俊彦 [連絡先 toshihikooka0627@gmail.com](mailto:toshihikooka0627@gmail.com)



(訪問スクール担当 岡 俊彦)

Soccer



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



【 栄養学 】

朝ごはんは体の目覚まし！パンだけで終わらせていませんか？

- ① ごはんやパンなどの「炭水化物」
→考えるための大切なエネルギー源。
- ② 牛乳やヨーグルト、チーズ、卵などの「タンパク質」
→体温を上げて、身体を目覚めさせよう。
- ③ 野菜やくだものなどの「ビタミン、ミネラル類」
→身体に活力をつける。

朝はしっかり①～③を揃えて食べたいもの。たくさん睡眠をとってお腹が空いた状態で起きる、ことが理想的ですね。北京オリンピックでも、‘選手を支えた食事’と取り上げられることもあり、トップ選手は365日、毎日ちゃんと朝ごはんを食べています。

それでも寒い日が続くと朝がなかなか起きれない人も少なくありません。温かい飲み物を取り入れたり、ごはんをおにぎりにしたりと、少し工夫するだけでも食欲が増しますよ。できることから始めていきましょう。

(医科学委員会 管理栄養士 牛塚諒子)

【 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

【JFA キッズサッカーフェスティバル】



<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

