

# SFA 90周年記念

## サッカーキッズ大集合

◎ SOCCER KIDS ◎

みんなあつまれ!

# スペシャルトレーニング夏報告

2023. 7. 11 (一社)札幌地区サッカー協会 キッズ委員会

最高気温が30度を超えた7月8日(土)、札幌サッカーアミューズメントパーク屋内競技場で、「サッカーキッズ大集合 スペシャルトレーニング夏」を実施しました。2年生27名、1年生14名の合計41名のサッカーキッズが、水分をこまめに補給し熱中症対策を施しながら、汗びっしょりになって取り組んでくれました。



サッカーキッズ大集合では、コーチとのハイタッチでの入場、「サッカ〜キッズ〜」「だ〜いしゅうごう!」の全員でのかけ声は、毎回のお約束です。まずは、イベントへ参加することに対する気持ちを高めてもらえるようにしています。



## ウォーミングアップ



ウォーミングアップでは、2人一組でボールを使ってのストレッチや、ボール投げ上げてのキャッチを行いました。



その後、今日のテーマ「ボールタッチやドリブルが上手になろう!」にむけて、体のいろいろな場所を使ってボールを止めたり、足のいろいろな部分を使ってボールタッチやボールを移動させたりすることにチャレンジしました。「顔を上げて周りを見ること」「体の軸がふらふらしないこと」を大切にしながら、取り組んでもらいました。この2点を意識できるようコーチも必要に応じて声をかけました。



## トレーニングタイム

トレーニングタイムも、今日のテーマに沿って行いました。反対側からドリブルしてくる人を意識しながらコーンの間をドリブル、1対1でのドリブルスピード競争、ゴールはドリブルでラインを突破する形式での1対1のゲームの3種類のトレーニングを行いました。トレーニングの中では、ウォーミングアップの中で練習した、ドリブルやボールタッチの技を使ってプレーする姿も見られました。



トレーニングの後は、スモールサイドゲームを行い、その日学んだことを使ってみる場を設定しています。また、締めくくりは、疲れを残さないようにクールダウンの運動を必ず行っています。

