

タイトル 【報告】10/29開催 ファミリーふれあいスポーツ教室開催について

2023年10月29日（日）ekieエキキタパーク（エキキタサンフレッチェフットサルコート）において、サンフレッチェ広島さん共催『ファミリーふれあいスポーツ教室』を開催しました。野外でのスポーツに適した快晴の中、小学3・4年生の親子20組・40名の皆さまに参加していただきました。



サンフレッチェ広島さんからは、サンフレッチェ広島スクールコーチの長尾コーチ、牛尾コーチと昨シーズン引退された元サンフレッチェ広島レジーナの斎原みず稀さんに指導していただきました。



親子でボールを使ったトレーニングやサッカーボールの上手な蹴り方などを教わりました。



そのあと、4チームに分かれてウォーミングアップを行いました。

チームのみんなでフラフープ使い、みんなで手を繋いだままフラフープをくぐる運動や人差し指1本で上から下へ移動させる運動で団結力をアップさせました。



3個のボールを使う特別ルールがあり、コーチのアドバイスを受けながら、親子で声を掛け合い、ボールを追いかけていました。



親子でのミニゲームでは、「お父さん向きになりすぎ」と言う子どもさんや「子どもの時に戻ったみたい」と言われる親御さんもおられ、親子で真剣にゲームをしていました。

【参加された保護者の方からの感想】

「子どもと身体を動かす機会は少ないので楽しかった。」
「基本的な運動からミニゲームまでとても楽しかった。」

【参加されたお子さまの感想】

「サッカーの勉強になったし、おもしろくてまた参加したいと思った。」
「サッカーがうまくなった気がする。」
「父と楽しい時間が過ごせた。」

今回のふれあいスポーツ教室では、普段運動する機会が少ない働く世代の方を対象に、お子さんと一緒に親子のふれあいを通して、イベント参加後も実践してもらうことで、運動習慣のきっかけとなることを期待しています。

ご参加いただきました親子のみなさま、共催いただきましたサンフレッチェ広島のみなさま、ありがとうございました。