

# 八戸市スポーツ大使ふるさとセミナー

2024年11月29日(金) 13:45～15:10

八戸市立函南小学校  
(6年生 15名)



ヴァンラーレ八戸FC

---

『サッカー教室』

まずは、校長先生が  
本日の講師、金井隆太コーチをご紹介します！



金井コーチは、2019年までの8年間  
ヴァンラーレ八戸の選手でした！

今は、チームがもっと強くなるために  
選手やチームにいろいろなサポートをしています！

ここで、金井コーチからみなさんへのお願い！

今日は**元気いっぱい**に  
**楽しんでやること**！

今日は少し肌寒いですが  
半袖の生徒さんもいました！

みなさん、元気いっぱい  
楽しみましょう！



それでは早速「サッカー教室」を始めます！

まずは、ウォーミングアップ！  
パスをしながらコミュニケーション能力を高めましょう！



金井コーチがみなさんにボールを渡します。  
ウォーミングアップのルールは  
「3秒以内にだれかにパスする」こと。

そして、大事なことが3つあります。

- ◆ パスを出したい人は、出したい**相手の目を見る**こと
- ◆ パスを受けたい人は、**積極的に**もらいに行くこと
- ◆ お互い**声をかけ合う**こと



みなさん、  
お互いの目を見ながら  
名前を呼んだり、  
自分から積極的に  
動いていました！

金井コーチに言われた  
3つのことを実践すると  
不思議なくらい  
パスがどんどん回ります！





ウォーミングアップをして体と心が温まってきたところで、  
次は、ボールを使ったリレーをします！



赤、青、緑の  
3チームに分かれて、  
チームごとに1列に並び、  
先頭はボールを持ちます。

スタート合図に、向かいのコーンまで走り、  
コーンにタッチしたらUターンして、次の人にバトンタッチ！  
もちろん、サッカーボールがバトンの代わりです！

それでは・・・  
「よーい、スタート！！」



声をかけ合いながら上手にパスしています！



もちろん、走るのも全力です！

次はドリブルしながらのリレーです！  
一気に難しくなりますが、みなさん大丈夫かな？

それでは・・・



「よーい、スタート！！」



ドリブルが早くて  
カメラで追うのが大変…！

かっこいいです！  
その調子！

しっかり声をかけ合って  
タイミングよく  
上手にパスできました！

ウォーミングアップが  
生きています！



みなさん、金井コーチが教えてくださった  
「3つの大事なこと」をしっかり実践していました！  
そして「元気いっぱい楽しむ」もできていました！





また、最後には  
ミニ試合もしました！

みなさんで協力して  
気を付けながら  
ゴールを運びます！

ミニ試合は4つのチームの総当たり戦です！  
性別関係なく本気で試合をします！

ボールを持っている人に  
積極的に奪いに行きます！

そのあきらめない姿が  
とても素敵でした！



金井コーチも参戦！  
ボールを奪おうと  
必死に食らいつきます！  
がんばれ！

ゴールが決まって  
ハイタッチ！

勝ったチームも  
負けたチームも  
みなさん笑顔があふれます！



最後は、金井コーチへの質問タイム！



Q. 好きなアニメはなんですか？

A. 最近のアニメはあまり詳しくないけど、  
今は「鬼滅の刃」が好き！

Q. 体づくりで大切なことはなんですか？

A. トレーニングももちろん大事だけど、  
一番大事なことは「食事」と「睡眠」！

みなさん、金井コーチに聞きたいことが  
まだまだいっぱいありましたが、  
ここでお時間が来てしまいました…！

金井コーチ、  
ありがとうございました！  
そして、  
関南小学校のみなさん  
お疲れさまでした！

