

サッカー 部

活動内容紹介

活動方針	<ul style="list-style-type: none"> ○ 部活動運営は学校生活が基本であること。 ○ 集団所属の一員としての責任感を育てること。 ○ 仲間意識を大切にすること。
平日の活動日数	週 5日
土日の練習	(あり) なし
部員数 3年生	14名
2年生	11名
練習内容	<p>○練習メニューは、活動時に応じて考えていきます。</p> <p>※オフェンス練習、ディフェンス練習、フリーキック・コーナーキックからの合わせ 等様々な練習を場合に応じて行っていきます。</p>
主なイベントや大会等	<p>市ブロック大会 横浜市立中学校総合体育大会 鶴見区新人大会 等</p>
部費（年間）	4,000円
その他必要なもの	<p>1年生に関しては、学校再開後に連絡します。</p> <p>2・3年生は、特にありません。</p>
顧問より	すぐにでも活動できるような体作りを行いましょう。

サッカー 部

おうちでできる！練習メニュー

メニュー	方法	室内	屋外
体幹を鍛える	2・3年生に関しては、部活動で行っていた体幹を行いましょう。1年生に関しては、動画等を参考に体幹を行いましょう。	○	○
靴下リフティング	1足の靴下をボール状にし、そのボールでリフティングを10回行う。	○	
ボールタッチ	常にボールを足でとらえることを意識して、ボールにタッチをする。	○	○
サッカー観戦	動画等でサッカーの試合を何試合か観戦し、実際に試合や練習で実践できるようにしましょう。また、練習メニューに生かせるようにしましょう。	○	

※その他) プロサッカー選手の「宿題チャレンジ」動画等にも挑戦してみましょう。

☆ひとつこと☆

- ケガをしないように行いましょう。
- プロからアマチュアまで動画等がたくさんアップされていますので参考にしましょう。
- 周りに迷惑をかけないように行いましょう。

令和2年5月11日(月)

令和2年度 鶴見中学校 サッカー部 保護者説明会

1. 確認事項、活動計画

【確認事項】

- ①サッカーの技術の向上はもちろんですが、あくまでサッカーを通して、精神的に成長していくことを第一の目的としています。サッカーという集団スポーツから学ぶことはたくさんあります。ここで学んだことがこれから的人生の役に立つように考えています。
- ②無断欠席や理由があいまいな欠席が続く場合は、部活を継続するか本人と確認をする場合があります。また保護者の方にご連絡をさせていただく場合があります。本人が悩んでいる場合などは、早めに保護者の方から連絡をいただければと思います。
- ③学校生活をしっかり守れない、または仲間を大切にすることができるないと判断した場合は、本人と相談の上、部活動への参加を見合わせることもあります。（サッカーもルールにのっとり試合を行います。ルールを守れない、仲間を大切にできないということは、サッカーという競技の精神に反します）
- ④サッカーという競技は時には危険を伴うものとなります。
ケガを予防する意識を生徒が持つとともに、ケガを防ぐ知識、体力をつけることが大切です。
万が一ケガをした場合、ケガの度合いにより、保護者の方に来ていただきて病院で診察をしていただくこともあります。対外試合では、ご家庭の方にお迎えをお願いする場合があります（競技の進行や審判の関係上、顧問の付き添いが困難な場合があります）。いずれもご家庭と連絡を取りながら対応していきますのでよろしくお願ひいたします。自宅に帰ってケガが明らかになることもありますので、その際は顧問への連絡をお願いします。部活動でのケガはスポーツ振興センターより保険があります。

⑤欠席は原則、顧問へ本人から連絡をしてください。ただし、保護者の方が連絡をする必要性のある場合は保護者の方からお願ひします。子ども同士、携帯メールやLINEなどでの欠席の伝達はやめてください。クラブチーム所属生徒の場合、練習は行うことができますが、公式戦には参加できません。練習試合には参加することはできます。

⑥サッカーは身体能力がかなり重要である競技ですので、体作りを意識させています。これまで以上に食事をしっかりと摂るようにご家庭でも確認していただければと思います。
また、練習後すぐにおにぎりやパン、ゼリーなどで糖分を摂り、疲れをためないようにすることを推奨しています。休日練習のときに、練習後に何かをすぐ含む選手が多くなってきます。

【年間予定】※新型コロナの影響で例年通りに行われないことが予想されます。

4・5月 横浜市長旗杯争奪横浜ブロック予選【7月の大会のシード決め】
入生本入部

市ブロック大会(上位8チームが夏のシード) → 市長旗杯本戦

7月 横浜市立中学校総合体育大会

【夏の大会(三年生が参加できる最後の大会)】

市大会(上位12校) → 県大会(上位2校) → 関東大会
(上位8校) → 全国大会

8月～9月 鶴見区新人大会【10月の大会のシード決め】

リーグを勝ち上がった上位4校が10月のシードを獲得

10月 神奈川県中学校サッカー大会 横浜ブロック予選

【4月の大会のシード決め】

市ブロック大会(上位16校が4月のシード・上位3校が県大会・上位4校が日産スタジアム杯) → 1月県大会

12月 8人制一年生大会

2月 (日産スタジアム杯)・区大会(上にはつながっていない)

3月 三年生送別試合

【日常の活動予定】

○月～金 …放課後練習

○朝練は行いません。

○土・日 …練習または試合

AM 8:30~13:00 PM 13:00~17:00 (季節による)

鶴見中学校で練習試合なども多く行いたいと思っています。応援に来ていただけると嬉しいです。

○祝・休日・長期休業…練習または試合

(長期休暇中は、休むのが分かっている日があれば、メモなどでお知らせください。)

※詳細は、月の予定表をご確認ください。

2. 部費について

◆部費（年間） 4,000円 ゆうちょ銀行に振り込みになります

2020年度年間予算執行計画（案）

大会参加費(協会チーム登録) 30,000円

※協会個人登録 40,000円 ※今年度より神奈川県にサッカー協会に

審判費 10,000円 全員個人登録することに顧問総会で決

ボール・用具等 40,000円 まっています。そのため、昨年度の部

救急用品等 10,000円 費3000円から4000円となって

卒業記念品 20,000円 おります。

計 150,000円

※部活動費に関しては、学校再開後にお知らせします。

◆部費以外の費用

①ユニフォーム（公式戦用ゲームシャツはチーム保管）【ANDO スポーツ】

振り込んでもらう形となります。商品は学校に届きます。

パンツ青・白 ¥3,000×2 6,000円

ソックス青・黒 ¥1,300×2 2,600円

計 8,600円

※ゴールキーパーは別の値段となります。

②練習試合用ユニフォーム

(公式戦用ユニフォームの痛みがはげしいため) 【ANDO スポーツ】

¥4000 ※ゴールキーパーは¥4500になる予定です。

※①と②の業者を同じにしたので、振込用紙を一つにしていくことも検討しています。

③スパイク(¥4,000～¥15,000)

④脛あて(¥1,000前後)

⑤練習試合等の対外試合にかかる交通費や昼食代

公式戦は必ず遠征になります。遠征に慣れさせたいため、練習試合を他校で行うことも予定しています。

ご家庭の負担を増やしてしまいますが、ご協力をお願いします。

3. その他

- ・今年度も公式試合の前日、または数日前にユニフォームを渡して、自分で試合会場まで持ってくることになっています。当日、急な体調不良などで休む場合は、必ず誰かに預けるようにしてください。ユニフォームがないとその番号は登録できなくなり、試合に出られる選手が減ってしまいます。
- ・部活動の休みについては、実態に合わせて休みをとっていく体制をつくっていきたいと思います。