

ナイター練習は行き帰りが暗くなる為、事故及び事件に遭遇する事が心配事になります。その為に保護者の送り迎えが必要です。子供の参加希望が有りましたら大変とは思いますが是非とも参加させて頂きます様に宜しくお願いします。

ボールを毎日触れていれば必ず上達しますので保護者の御協力を御願います。

月に数回でも構いませんので、子供が参加したい時にはバックアップをお願いします。

水曜ナイター練習内容

| | | |
|--|---------|-------------------|
| ◇集合時間 | PM 6:30 | 30分以前の集合禁止 |
| ◇個人準備 | PM 6:35 | ビブス着用、ストレッチ |
| ◇練習開始 | PM 6:40 | ミニゴールセット |
| ◇技術練習開始 | PM 6:50 | ボールタッチ等 |
| ◇技術練習終了 | PM 7:20 | ボールタッチ等 |
| ◇ゲーム開始 | PM 7:30 | 1チーム3試合可能 |
| ◇ゲーム終了 | PM 8:25 | 1チーム3試合可能 |
| ◇後片付け | PM 8:40 | ミニゴール片付け、ブラシ |
| ◇クールダウン | PM 8:45 | ストレッチ |
| ◇夜間練習終了 | PM 8:55 | 自転車ライト点灯し保護者同伴で帰宅 |
| ◇黒色系に近いボールは無くした時に探すのが困難になるので白色系のボールが望ましい | | |

水曜ナイター注意事項

◇毎週水曜日練習

◇雨天時の中止は4時から4時30分までに連絡、小降り時連絡無は決行します。

(家を出る時間に雨の場合は保護者の判断にお任せします。)

◇練習用具には必ず名前を記入する事(暑い時に忘れ物があります。)

◇着替えを持たせて着替える癖を付けさせて下さい。(冬は風邪を引かせない為)

◇都合上、時間が多少前後する事を御了承願います。

◇自転車ライト点灯と保護者同伴(保護者同志の協力願ひ)

◎感謝の心で挨拶する

自分の好きなサッカーができる事を支えて下さる方々に感謝を込めて挨拶
(学校の先生方、保護者の方、コーチ)

◎物事に執着(熱心に)する

自分、人の物(ボール等)と学校施設、備品等及び練習、ゲームに向かう心を大切に

◎ストレッチの大切さ

少年時から大事にならない為、なっても小事ですむ様にストレッチをしよう