

サッカー部 10月の活動計画

今月の活動時間について

○平日

放課後練習 終了時刻 16時00分～17時15分【全学年】

○土日(3時間を上限として)

午前(前)8:30～11:00

○台風・天候の状況により変更の可能性もあります。

【10月の目標】

- 新チームでサッカー部の活動時間や準備・片付けの手順を理解し、部活動に積極的に取り組む。
- あいさつやマナーの徹底
- コート整備・道具の整理整頓の仕方を身に付ける。
- 冬季の練習時間の短い中でも、体力面・精神面での向上を図る。

日	曜日	活動時間	内容(メニュー・練習試合等)
日	曜日	活動時間	内容(メニュー・練習試合等)
1	木	16:00～17:30	
2	金	16:00～17:30	
3	土	7:20～14:00	新人戦/VS向東中【向島運動公園】
4	日	7:45～12:00	新人戦/決勝戦【向島運動公園】
5	月	OFF	テスト期間
6	火		
7	水		
8	木		
9	金		
10	土		
11	日		
12	月		中間試験①
13	火		中間試験②
14	水	OFF	
15	木	16:00～17:15	基礎トレーニング
16	金	16:00～17:15	フィジカルトレーニング
17	土	市内駅伝大会	サッカー部練習なし
18	日	1年8:00～/2年10:00	トレセン【該当者】のみ
19	月	16:00～17:15	基礎トレーニング
20	火	16:00～17:15	基礎トレーニング
21	水	OFF	
22	木	16:00～17:15	フィジカルトレーニング
23	金	16:00～17:15	フィジカルトレーニング
24	土	歌島祭	
25	日	OFF	
26	月	8:30～11:00	基礎トレーニング/対人練習
27	火	16:00～17:15	基礎トレーニング
28	水	OFF	
29	木	16:00～17:15	基礎トレーニング
30	金	16:00～17:15	対人トレーニング
31	土	8:30～11:00	練習試合?【調整中】