

# 愛知工業大学名電中学校 サッカ一部

## ～ 2020年9月 予定 ～

\*各自で水分をしっかり用意して、こまめに水分補給をしてください。  
 \*咳や発熱などの体調不良の場合は練習には不参加とします。  
 \*直前で予定が変わる場合はLINEで連絡します  
 \*雨天時は校内での練習が禁止のためオフとし、家庭で体幹関係を行います。

日	曜	活動時間		場 所	練習・活動内容	備 考
		AM	PM			
1	火		15:30~17:30	中庭or千種公園	ムーブメントプレバレーション→ボールを使った練習	
2	水					
3	木		15:30~17:30	中庭or千種公園	体幹関係・走り→ボールを使った練習	
4	金		15:30~17:30	中庭or千種公園	ムーブメントプレバレーション→ボールを使った練習	
5	土		13:30~15:30	中庭	体幹関係・走り→ボールを使った練習	登校日
6	日					
7	月					
8	火		15:30~17:30	中庭or千種公園	ムーブメントプレバレーション→ボールを使った練習	
9	水					
10	木		15:30~17:30	中庭or千種公園	体幹関係・走り→ボールを使った練習	
11	金		14:30~17:00	中庭or千種公園	ムーブメントプレバレーション→ボールを使った練習	40分授業
12	土					
13	日					
14	月		15:00~17:30	中庭or千種公園	体幹関係・走り→ボールを使った練習	
15	火		14:30~17:00	中庭or千種公園	ムーブメントプレバレーション→ボールを使った練習	
16	水		15:00~17:30	中庭or千種公園	体幹関係・走り→ボールを使った練習	
17	木					学校祭準備
18	金					学校祭
19	土		13:30~15:30	中庭	体幹関係・走り→ボールを使った練習	登校日
20	日					
21	月					敬老の日
22	火					秋分の日
23	水		16:30~18:00	中庭or千種公園	体幹関係・走り→ボールを使った練習	
24	木		15:30~17:30	中庭or千種公園	ムーブメントプレバレーション→ボールを使った練習	
25	金		15:30~17:30	中庭or千種公園	ムーブメントプレバレーション→ボールを使った練習	
26	土					登校日
27	日					
28	月		16:30~18:00	中庭or千種公園	体幹関係・走り→ボールを使った練習	
29	火		~14:30			体育祭準備
30	水					体育祭

○学習、特に課題優先！未提出がある人は部活に参加しません。

○けがや、部活の欠席については必ず顧問に報告してください。

○ルールを守ることやいい準備をすることの大切さはサッカーも普段の生活も同じです。