

# 愛知工業大学名電中学校 サッカ一部

## ～ 2026年1月 予定 ～

\*直前で予定が変わる場合はLINEで連絡します。  
 (部活の欠席について)  
 授業日に部活のみ欠席→直接顧問へ報告  
 休日→当日に判明の場合は「すくー」の部活動連絡を使用  
 →事前に分かっている場合は直接顧問へ報告

日	曜	活動時間		場 所	練習・活動内容	備 考
		AM	PM			
1	木	冬休みは「リフティング・ドリル・ランニング」を欠かさずやりましょう				
2	金					
3	土					
4	日					
5	月	どの日も練習の最初は全員そろってブラジル体操				
6	火					
7	水	HR後90分		千種公園	MP・ゴムチューブ・サーキットトレーニング→ミニゲーム	始業式
8	木					課題考査
9	金		練習開始「15:30」～17:00	①千種公園外周②中庭	①走り込み②MP・ゴムチューブ・リフティング・ドリル	
10	土					
11	日					
12	月					
13	火		練習開始「15:30」～17:00	千種公園	ボールコントロール・ヘディング・3対1(4対1)・シュート練習	校舎に帰ってこない
14	水					接続試験(自宅学習)
15	木					
16	金	HR後90分		千種公園	ボールコントロール・ヘディング・3対1(4対1)・シュート練習	50分2限・校舎に帰ってこない
17	土					中学入試
18	日					中学入試
19	月					自宅学習
20	火	HR後90分		千種公園	ボールコントロール・ヘディング・3対1(4対1)・シュート練習	50分2限・校舎に帰ってこない
21	水					高校入試(自宅学習)
22	木		練習開始「15:30」～17:00	千種公園	ボールコントロール・ヘディング・3対1(4対1)・シュート練習	
23	金		練習開始「15:30」～17:00	①千種公園外周②中庭	①走り込み②MP・ゴムチューブ・リフティング・ドリル	
24	土					
25	日					
26	月					中1_50分3限
27	火		練習開始「15:30」～17:00	千種公園	MP・ゴムチューブ・サーキットトレーニング→ミニゲーム	中1スキー学校
28	水					
29	木		練習開始「15:30」～17:00	瑞若グラウンド	ボールコントロール・ヘディング・3対1(4対1)・シュート練習	
30	金		練習開始「15:30」～17:00	①千種公園外周②中庭	①走り込み②MP・ゴムチューブ・リフティング・ドリル	中1自宅学習
31	土					

○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。

○学習、特に課題優先！課題が未完了ということがないようにしてください。