

春休み部活動練習計画

【 サッカー 】部

項 目	内 容
練習時間	9 : 0 0 ~ 1 0 : 4 0 （チーム練習100分） ただし、8 : 0 0 ~（チーム練習）~ 1 1 : 0 0の間で、個人練習をすることは認める。
練習場所	有田中学校 グラウンド
練習内容	1 . ウォーミングアップ（ボール無・ボール有） 2 . トレーニング （パス&コントロールを中心に） 3 . トレーニング （ポゼッションを中心に） 4 . ミニゲーム （8人制以下のハーフコートゲーム） 5 . クーリングダウン （ジョギング・体幹トレ）
その他連絡	○ 参加、不参加は自由（本人の意思と保護者の同意が必要） 不参加の際の連絡は必要なし。 ○ 基本的に悪天候時は休み。室内練習での対応はしない。 ○ 3月29日と4月5日の日曜は休み。 ○ その他の連絡に関しては、チーム連絡HPに情報をアップする。