



新学年/氏名

新4年氏名 田中風太郎

希望ポジション

①インサイド ②センターバック ③

☑ コーチたちからの提案になります。チーム内のルールとして採用する場合はチェックを記入して下さい。



チーム基本方針

- ☑ 「人の話を聴き、自分で考え、主張する」このサイクルを習慣化し自主性/主体性を持つ。
- ☑ チームはコーチのものではなく選手のものなので、まず選手たちがチーム目標を立て、コーチがその目標を達成するための練習メニューや強化プランを作成する。
- ☑ 自分自身でサッカーをやることを選んだので、コーチからの「教え」を待つのではなく、まず自分自身で学び・努力し、そしてチームで意見やプレーをぶつけ合う。コーチは選手個人に教えや導きや気付きを与え、チームの意見やプレーや戦術の部分を整理解整頓する存在である。
- ☑ まず自分に「厳しく」、そしてチームメイトにも「厳しく」!! チームにマイナスになるような行動・言動を「笑って許さない」。
- ☑ 常に好奇心(様々なことに興味を持つ)・向上心(毎日上手くなる意識)・探求心(物事を深く知ろうとする意識)を持って努力し続ける。
- ☑ 練習や試合毎に一人一人「目標」を設定し臨み、練習や試合後は自宅5〜10分で良いので「復習」をする。一戦一戦を大切な「学びの場」とする。
- ☑ 試合は練習の成果を見る場であり、今後の練習への課題を見付け出す場であるが、サッカーが勝負を決めるスポーツである以上「常に勝ち負けにも拘る」。
- ☑ 保護者は選手たちをサポートしてくれる存在なので「感謝の気持ち」を持つ。



強化方針/強化プラン

☑ 月/火/木曜日活動予定：オフ・塾・スクール等の予定も含めて、自主練で何をすべきか、自分に何が必要なのか考えて記入して下さい。

月曜日	ピョア・ランニング / じきゅうカをつける
火曜日	サッカースクール / ボールタッチ・ドリブル
木曜日	じゅく

☑ 短期目標[~25年3月]：[新6/5年]7ブロックTC選考会

チーム目標	トーマスカップ
個人目標	体かんをつける・じきゅうカをつける・1対1に強くなる

☑ 中期目標[~25年7月]：[6年]前期ハウスリーグ/[6/5/4年]春季区民大会/[4年]ハトマークカップ/[6/5/4年]渋谷区TC選考会

チーム目標	ハトマークカップ ゆう月券・春季区民大会ゆう月券
個人目標	渋谷区TC選考会にえらばれる・体かんをつける・1対1に強くなる。

☑ 長期目標[~25年12月]：[6年]全日本予選/後期ハウスリーグ/[6/5/4年]秋季区民大会/[5年]JA東京カップ/[5年]7ブロックTC選考会

チーム目標	秋季区民大会ゆう月券
個人目標	体かんをつける・1対1に強くなる

☑ 「攻撃戦術」「守備戦術」を配布する。基本的にはこの「戦術」を元に、チームや個人の課題に対して練習メニューを作成する。その日毎の練習テーマを、練習前か練習後にコーチから選手へ伝え、自宅で復習する際に活用できるようにする。



サッカーへの心構え/チームのルール

- ☑ 練習前に全コーチへの挨拶を徹底し、試合会場等でも関係者(他チームの指導者・審判他)への挨拶を徹底する。
- ☑ 練習開始時間は原則9時20分とする。※遅刻した選手は、2ndチームの練習に参加する。
- ☑ アップの「ブラジル体操」はテンションを上げるため、チームメイトとコミュニケーションを取り声を出しながら行う。
- ☑ 練習道具(ゴール・マーカー・コーン等)の準備は、練習開始5分前までに全員で行い、片付も全員で行う。
- ☑ 練習試合・大会の際は、コーチから事前にタイムスケジュールを伝達し、選手たち自身で準備・アップ・片付・挨拶等を行う。
- ☑ 遠征バック(救急用具・シート他)は選手たちが使用するので、自分たちで公平に持ち運ぶ。
- ☑ 遠征の際、行き帰りは移動着のクラブTシャツを着用し、アップ前にユニフォームに着替え、試合終了後に再度クラブTシャツに着替える習慣を付ける。
- ☑ ミスを批判するのではなく、ミスをする前に指示の声を掛け合う。ベンチからの声掛けは、味方が焦ってミスしてしまうような、急かすような声掛けはしない。
- ☑ 生活習慣を整えるために、基本的に21時半までには就寝する。ゲームをする時間も、家庭内で決められたルールを守る。



新学年/氏名 新4年 氏名 畑山 隼 希望ポジション ①インサイドハーフ ②フォワード ③(右)

☑ コーチたちからの提案になります。チーム内のルールとして採用する場合はチェックを記入して下さい。

チーム基本方針

- 「人の話を聴き、自分で考え、主張する」このサイクルを習慣化し自主性/主体性を持つ。
チームはコーチのものではなく選手のものなので、まず選手たちがチーム目標を立て、コーチがその目標を達成するための練習メニューや強化プランを作成する。
自分自身でサッカーをやることを選んだので、コーチからの「教え」を待つのではなく、まず自分自身で学び、努力し、そしてチームで意見やプレーをぶつけ合う。
コーチは選手個人に教えや導きや気付きを与え、チームの意見やプレーや戦術の部分を整理解頓する存在である。
まず自分に「厳しく」、そしてチームメイトにも「厳しく」!! チームにマイナスになるような行動・言動を「笑って許さない」。
常に好奇心(様々なことに興味を持つ)・向上心(毎日上手くなる意識)・探求心(物事を深く知ろうとする意識)を持って努力し続ける。
練習や試合毎に一人一人「目標」を設定し臨み、練習や試合後は自宅で5~10分で良いので「復習」をする。一戦一戦を大切な「学びの場」とする。
試合は練習の成果を見る場であり、今後の練習への課題を見付け出す場であるが、サッカーが勝負を決めるスポーツである以上「常に勝ち負けにも拘る」。
保護者は選手たちをサポートしてくれる存在なので「感謝の気持ち」を持つ。

強化方針/強化プラン

☑ 月/火/木曜日活動予定: オフ・塾・スクール等の予定も含めて、自主練で何をすべきか、自分に何が必要なのか考えて記入して下さい。

Table with columns for days (月曜日, 火曜日, 木曜日) and handwritten notes about practice goals like '試合の後半に走り切るスタミナをつける'.

☑ 短期目標(〜25年3月): [新6/5年]7ブロックTC選考会

チーム目標
個人目標

☑ 中期目標(〜25年7月): [6年]前期リハウスリーグ/[6/5/4年]春季区民大会/[4年]ハトマークカップ/[6/5/4年]渋谷区TC選考会

チーム目標
個人目標

☑ 長期目標(〜25年12月): [6年]全日本予選/後期リハウスリーグ/[6/5/4年]秋季区民大会/[5年]JA東京カップ/[5年]7ブロックTC選考会

チーム目標
個人目標

☑ 「攻撃戦術」「守備戦術」を配布する。基本的にはこの「戦術」を元に、チームや個人の課題に対して練習メニューを作成する。その日毎の練習テーマを、練習前か練習後にコーチから選手へ伝え、自宅で復習する際に活用できるようにする。

サッカーへの心構え/チームのルール

- 練習前に全コーチへの挨拶を徹底し、試合会場等でも関係者(他チームの指導者・審判他)への挨拶を徹底する。
練習開始時間は原則9時20分とする。※遅刻した選手は、2ndチームの練習に参加する。
アップの「ブラジル体操」はテンションを上げるため、チームメイトとコミュニケーションを取り声を出しながら行う。
練習道具(ゴール・マーカー・コーン等)の準備は、練習開始5分前までに全員で行い、片付も全員で行う。
練習試合・大会の際は、コーチから事前にタイムスケジュールを伝達し、選手たち自身で準備・アップ・片付・挨拶等を行う。
遠征バック(救急用具・シート他)は選手たちが使用するので、自分たちで公平に持ち運ぶ。
遠征の際、行き帰りは移動着のクラブTシャツを着用し、アップ前にユニフォームに着替え、試合終了後に再度クラブTシャツに着替える習慣を付ける。
ミスは批判するのではなく、ミスをする前に指示の声を掛け合う。ベンチからの声掛けは、味方が焦ってミスしてしまうような、急かすような声掛けはしない。
生活習慣を整えるために、基本的に21時半までには就寝する。ゲームをする時間も、家庭内で決められたルールを守る。



新学年/氏名 新 4 年 氏名 若木 羽馬 希望ポジション ① フォワード ② インサイドハーフ ③ サイドバック

コーチたちからの提案になります。チーム内のルールとして採用する場合はチェックを記入して下さい。

SSC チーム基本方針

- 「人の話を聴き、自分で考え、主張する」このサイクルを習慣化し自主性/主体性を持つ。
チームはコーチのものではなく選手のものなので、まず選手たちがチーム目標を立て、コーチがその目標を達成するための練習メニューや強化プランを作成する。
自分自身でサッカーをやることを選んだので、コーチからの「教え」を待つのではなく、まず自分自身で学び、努力し、そしてチームで意見やプレーをぶつけ合う。
コーチは選手個人に教えや導きや気付きを与え、チームの意見やプレーや戦術の部分を整理整頓する存在である。
まず自分に「厳しく」、そしてチームメイトにも「厳しく」!! チームにマイナスになるような行動・言動を「笑って許さない」。
常に好奇心(様々なことに興味を持つ)・向上心(毎日上手くなる意識)・探求心(物事を深く知ろうとする意識)を持って努力し続ける。
練習や試合毎に一人一人「目標」を設定し臨み、練習や試合後は自宅で5~10分で良いので「復習」をする。一戦一戦を大切な「学びの場」とする。
試合は練習の成果を見る場であり、今後の練習への課題を見付け出す場であるが、サッカーが勝負を決めるスポーツである以上「常に勝ち負けにも拘る」。
保護者は選手たちをサポートしてくれる存在なので「感謝の気持ち」を持つ。

SSC 強化方針/強化プラン

月/火/木曜日活動予定: オフ・塾・スクール等の予定も含めて、自主練で何をすべきか、自分に何が必要なのか考えて記入して下さい。
月曜日: シュート、パス、1対1、体を変えて、ストレッチ
火曜日: リフティング、22kgのドリブル、マーカードリブル、ストレッチ、ラダー
木曜日: リフティング、22kgのドリブル、マーカードリブル、ストレッチ、ラダー

短期目標[~25年3月]: [新6/5年]7ブロックTC選考会
チーム目標: 区民大会で1位をとる。
個人目標: リフティング100回、ドリブルのとっかかりを高める

中期目標[~25年7月]: [6年]前期リハウスリーグ/[6/5/4年]春季区民大会/[4年]ハトマークカップ/[6/5/4年]渋谷区TC選考会
チーム目標: ハトマークカップで1位をとる。
個人目標: ブロックトレセンに合格各する アシスト

長期目標[~25年12月]: [6年]全日本予選/後期リハウスリーグ/[6/5/4年]秋季区民大会/[5年]JA東京カップ/[5年]7ブロックTC選考会
チーム目標: 全日本大会で1位になる
個人目標: 月東トレセンに合格各する

「攻撃戦術」「守備戦術」を配布する。基本的にはこの「戦術」を元に、チームや個人の課題に対して練習メニューを作成する。その日毎の練習テーマ、練習前か練習後にコーチから選手へ伝え、自宅で復習する際に活用できるようにする。

SSC サッカーへの心構え/チームのルール

- 練習前に全コーチへの挨拶を徹底し、試合会場等でも関係者(他チームの指導者・審判他)への挨拶を徹底する。
練習開始時間は原則9時20分とする。※遅刻した選手は、2ndチームの練習に参加する。
アップの「ブラジル体操」はテンションを上げるため、チームメイトとコミュニケーションを取り声を出しながら行う。
練習道具(ゴール・マーカー・コーン等)の準備は、練習開始5分前までに全員で行い、片付も全員で行う。
練習試合・大会の際は、コーチから事前にタイムスケジュールを伝達し、選手たち自身で準備・アップ・片付・挨拶等を行う。
遠征バック(救急用具・シート他)は選手たちが使用するので、自分たちで公平に持ち運ぶ。
遠征の際、行き帰りは移動着のクラブTシャツを着用し、アップ前にユニフォームに着替え、試合終了後に再度クラブTシャツに着替える習慣を付ける。
ミスは批判するのではなく、ミスをする前に指示の声を掛け合う。ベンチからの声掛けは、味方が焦ってミスしてしまうような、急がすような声掛けはしない。
生活習慣を整えるために、基本的に21時半までには就寝する。ゲームをする時間も、家庭内で決められたルールを守る。



新学年/氏名 新 4年 氏名 酒井 照来 希望ポジション ① サッカー ② ボランチ ③ トリフ

☑ コーチたちからの提案になります。チーム内のルールとして採用する場合はチェックを記入して下さい。

チーム基本方針

- 「人の話を聴き、自分で考え、主張する」このサイクルを習慣化し自主性/主体性を持つ。
チームはコーチのものではなく選手のものなので、まず選手たちがチーム目標を立て、コーチがその目標を達成するための練習メニューや強化プランを作成する。
自分自身でサッカーをやることを選んだので、コーチからの「教え」を待つのではなく、まず自分自身で学び・努力し、そしてチームで意見やプレーをぶつけ合う。
コーチは選手個人に教えや導きや気付きを与え、チームの意見やプレーや戦術の部分を整理解整頓する存在である。
まず自分に「厳しく」、そしてチームメイトにも「厳しく」!! チームにマイナスになるような行動・言動を「笑って許さない」。
常に好奇心(様々なことに興味を持つ)・向上心(毎日上手くなる意識)・探求心(物事を深く知ろうとする意識)を持って努力し続ける。
練習や試合毎に一人一人「目標」を設定し臨み、練習や試合後は自宅で5~10分で良いので「復習」をする。一戦一戦を大切な「学びの場」とする。
試合は練習の成果を見る場であり、今後の練習への課題を見付け出す場であるが、サッカーが勝負を決めるスポーツである以上「常に勝ち負けにも拘る」。
保護者は選手たちをサポートしてくれる存在なので「感謝の気持ち」を持つ。

強化方針/強化プラン

☑ 月/火/木曜日活動予定：オ・塾・スクール等の予定も含めて、自主練で何をすべきか、自分に何が必要なか考えて記入して下さい。

Table with 2 columns: Day (月曜日, 火曜日, 木曜日) and Activity (ドリフ"ル"ランニング, シュート・トラップの(ハディング), リフティング)

☑ 短期目標[~25年3月]：[新6/5年]7ブロックTC選考会

Table with 2 columns: Target (チーム目標, 個人目標) and Content (声を出す->指示がほしい, たくさんれんしゅうしてらい年につなげる。)

☑ 中期目標[~25年7月]：[6年]前期リハウスリーグ/[6/5/4年]春季区民大会/[4年]ハトマークカップ/[6/5/4年]渋谷区TC選考会

Table with 2 columns: Target (チーム目標, 個人目標) and Content (ゆうしゅう, ハトマークと区民大会でゆうしゅうする。TCもかかんばる。)

☑ 長期目標[~25年12月]：[6年]全日本予選/後期リハウスリーグ/[6/5/4年]秋季区民大会/[5年]JA東京カップ/[5年]7ブロックTC選考会

Table with 2 columns: Target (チーム目標, 個人目標) and Content (秋大会でもゆうしゅうする。5・6年生のしあいにいる。れんしゅうを休まない。JAに出る。)

☑ 「攻撃戦術」「守備戦術」を配布する。基本的にはこの「戦術」を元に、チームや個人の課題に対して練習メニューを作成する。その日毎の練習テーマ、練習前か練習後にコーチから選手へ伝え、自宅で復習する際に活用できるようにする。

サッカーへの心構え/チームのルール

- 練習前に全コーチへの挨拶を徹底し、試合会場等でも関係者(他チームの指導者・審判他)への挨拶を徹底する。
練習開始時間は原則9時20分とする。※遅刻した選手は、2ndチームの練習に参加する。
アップの「ブラジル体操」はテンションを上げるため、チームメイトとコミュニケーションを取り声を出しながら行う。
練習道具(ゴール・マーカー・コーン等)の準備は、練習開始5分前までに全員で行い、片付も全員で行う。
練習試合・大会の際は、コーチから事前にタイムスケジュールを伝達し、選手たち自身で準備・アップ・片付・挨拶等を行う。
遠征バック(救急用具・シート他)は選手たちが使用するので、自分たちで公平に持ち運ぶ。
遠征の際、行き帰りは移動着のクラブTシャツを着用し、アップ前にユニフォームに着替え、試合終了後に再度クラブTシャツに着替える習慣を付ける。
ミスは批判するのではなく、ミスをする前に指示の声を掛け合う。ベンチからの声掛けは、味方が焦ってミスしてしまうような、急かすような声掛けはしない。
生活習慣を整えるために、基本的に21時半までには就寝する。ゲームをする時間も、家庭内で決められたルールを守る。



新学年/氏名 新 3 年 氏名 岡本寛太 希望ポジション ① トップ ② ホランチ ③ インサイド

☑ コーチたちからの提案になります。チーム内のルールとして採用する場合はチェックを記入して下さい。

SSC チーム基本方針

- ☑ 「人の話を聴き、自分で考え、主張する」このサイクルを習慣化し自主性/主体性を持つ。
☑ チームはコーチのものではなく選手のものなので、まず選手たちがチーム目標を立て、コーチがその目標を達成するための練習メニューや強化プランを作成する。
☑ 自分自身でサッカーをやることを選んだので、コーチからの「教え」を待つのではなく、まず自分自身で学び・努力し、そしてチームで意見やプレーをぶつけ合う。
☑ まず自分に「厳しく」、そしてチームメイトにも「厳しく」!! チームにマイナスになるような行動・言動を「笑って許さない」。
☑ 常に好奇心(様々なことに興味を持つ)・向上心(毎日上手くなる意識)・探求心(物事を深く知ろうとする意識)を持って努力し続ける。
☑ 練習や試合毎に一人一人「目標」を設定し臨み、練習や試合後は自宅で5~10分で良いので「復習」をする。一戦一戦を大切な「学びの場」とする。
☑ 試合は練習の成果を見る場であり、今後の練習への課題を見付け出す場であるが、サッカーが勝負を決めるスポーツである以上「常に勝ち負けにも拘る」。
☑ 保護者は選手たちをサポートしてくれる存在なので「感謝の気持ち」を持つ。

SSC 強化方針/強化プラン

- ☑ 月/火/木曜日活動予定: オフ・塾・スクール等の予定も含めて、自主練で何をすべきか、自分に何が 필요한のか考えて記入して下さい。
月曜日 自主練(ボールタッチ・ドリブル)
火曜日 いまはFC東京(せんだがやSC 火よう日れんしゅう)
木曜日 オフ
☑ 短期目標[~25年3月]: [新6/5年]7ブロックTC選考会
チーム目標 2年生ブロック大会 ベスト6よりうえにいてゆうしゅう
個人目標 チャンスをつかったりおぬけできめたりかわしてシュートちうたか
☑ 中期目標[~25年7月]: [6年]前期リハウスリーグ/[6/5/4年]春季区民大会/[4年]ハトマークカップ/[6/5/4年]渋谷区TC選考会
チーム目標 3年生みん大会 せんりょうをだしてサッカーをしてゆうしゅう
個人目標 しおけたりきめたりパスをちゃんとしあしもしにたす。かを
☑ 長期目標[~25年12月]: [6年]全日本予選/後期リハウスリーグ/[6/5/4年]秋季区民大会/[5年]JA東京カップ/[5年]7ブロックTC選考会
チーム目標 3年生秋みん大会 サッカーをしてあしゅうにゆうしゅう
個人目標 みかたをおしにしてきめたりワンツーとかできあがるお
☑ 「攻撃戦術」「守備戦術」を配布する。基本的にはこの「戦術」を元に、チームや個人の課題に対して練習メニューを作成する。その日毎の練習テーマを、練習前か練習後にコーチから選手へ伝え、自宅で復習する際に活用できるようにする。

SSC サッカーへの心構え/チームのルール

- ☑ 練習前に全コーチへの挨拶を徹底し、試合会場等でも関係者(他チームの指導者・審判他)への挨拶を徹底する。
☑ 練習開始時間は原則9時20分とする。※遅刻した選手は、2ndチームの練習に参加する。
☑ アップの「ブラジル体操」はテンションを上げるため、チームメイトとコミュニケーションを取り声を出しながら行う。
☑ 練習道具(ゴール・マーカー・コーン等)の準備は、練習開始5分前までに全員で行い、片付も全員で行う。
☑ 練習試合・大会の際は、コーチから事前にタイムスケジュールを伝達し、選手たち自身で準備・アップ・片付・挨拶等を行う。
☑ 遠征バック(救急用具・シート他)は選手たちが使用するので、自分たちで公平に持ち運ぶ。
☑ 遠征の際、行き帰りは移動着のクラブTシャツを着用し、アップ前にユニフォームに着替え、試合終了後に再度クラブTシャツに着替える習慣を付ける。
☑ ミスを批判するのではなく、ミスをする前に指示の声を掛け合う。ベンチからの声掛けは、味方が焦ってミスしてしまうような、急かすような声掛けはしない。
☑ 生活習慣を整えるために、基本的に21時半までには就寝する。ゲームをする時間も、家庭内で決められたルールを守る。