

# チームの心構え！「時を守り」「場を清め」「礼を正す」 支え合い、励まし合い、競い合う チームとして！

月	日	曜	朝	活動時間	活動内容・場所	準備物	備考
12	1	土		off			市トレセン vs 荒川区
	2	日		off			県南指導者講習会
	3	月	—	off			
	4	火	—	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	5	水	—	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	6	木	—	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	7	金	—	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	8	土	—	詳細後日	練習試合@小絹中	ユニフォーム レガース・ソックス タオル・着替え・弁当・水筒	
	9	日	—	off			トレセンマッチデー
	10	月	—	off			
	11	火	—	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	12	水	—	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	13	木	—	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	14	金	—	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	15	土	—	8:30～12:00 0 7:30～15:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え	
	16	日	—	off			
	17	月	—	off			
	18	火	—	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	19	水	—	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	20	木	—	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	21	金	—	15:40～16:30	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え・水筒	
	22	土	—	off			
	23	日	—	学校集合7:00	練習試合@豊里中 (春日・他)	ユニフォーム レガース・ソックス タオル・着替え・弁当・水筒	
	24	月	—	off			
	25	火	—	8:30～12:00	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え	
	26	水	—	8:30～12:00	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え	

	27	木	—	8:30～12:00	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え	
	28	金	—	8:30～12:00	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え	
	29	土	—				
	30	日	—				
	31	月	—				
1	1	火	—				
	2	水	—				
	3	木	—				
	4	金	—				
	5	土	—	8:30～12:00	練習・豊中グラウンド	レガース・ソックス タオル・着替え	
	6	日	—				
	7	月	—	off			
	8	火	—	off			市成人式
	9	水	—	off			

★有意義な年末・年始を過ごそう！★

- ① 家族との時間を大切にする！
- ② 体力の維持・向上！（ランニングなど）
- ③ ボールコントロール向上！（リフティングなど）
- ④ 冬休みの課題に取り組む！

★よく学び！よく遊べ！そして、感謝の気持ちをもつべし！★

○ 12月も引き続き放課後に「TKT(体力向上タイム)※全部活参加」を行います。今月は完全下校時刻がさらに早まります。16:05に活動が始めるようにグラウンドに集合しましょう。

○ 朝の練習はスキルアップ！放課後の練習は体力アップ！1日1日の練習を大切にしましょう。

☆ 上記の計画を変更するときは主将やメール、電話連絡網を通して連絡します。

☆ 時間厳守！！計画表の時間は活動開始の時間です。集合時間ではありません。

☆ 無断欠席は厳禁です。平日・休日を問わず連絡をして下さい。

【連絡先】豊里中学校847-2307

# がんばろう🇯🇵ニッポン

## サッカーファミリーのチカラをひとつに！