

令和8年度 府中市立府中第五中学校 サッカー部 活動方針							
活動方針	目指す部員像 1. サッカーを楽しみ、その魅力を深く理解する。 2. 仲間の違いを認め合い、協力して行動する。 3. 自分たちで考え、主体性をもって活動に参加する。						
部員数 (月日現在)	1年 4人	2年 8人	3年 15人	合計 27人			
活動日 (活動日に○印)	月 ○	火	水	木 ○	金 ○	土 ○※	日 ○※
特記事項	※土曜日・日曜日は原則不定期で、公式戦や練習試合、練習が行われる場合のみ活動を実施する。						
活動時間(平日)	15:45～17:30 (大会2週間前には17:45まで活動実施)						
活動時間(休日)	午前実施	9:00～12:00		午後実施	13:00～16:00		
主な活動予定	4月	練習					
	5月	練習、夏季選手権大会					
	6月	練習、夏季選手権大会					
	7月	練習、夏季選手権大会					
	8月	練習、府中市少年サッカー大会、府中市市民大会					
	9月	練習、府中市市民大会、秋季新人大会					
	10月	練習、秋季新人大会					
	11月	練習、秋季新人大会					
	12月	練習					
	1月	練習、府中市冬季大会					
	2月	練習					
	3月	練習					
参加予定の 大会 コンクール等	夏季選手権大会 府中市市民大会 第9ブロック秋季新人大会 府中市冬季大会						
安全指導・ 配慮等について	練習開始時にはウォーミングアップを必ず行い、怪我の未然防止に努める。また、20～30分ごとに水分補給を行う。夏季には、15分から20分ごとに水分補給の時間をとり、生徒の体調を確認しながら練習を進める。また、WBGT測定器を確認して、熱中症となる危険性がある場合には活動を中止する。 冬季には、暗くなる時間が早まるためボールを使った練習を早めに切り上げ、持久力を高めたりフィジカルを向上させたりするトレーニングを行う。						