

Ocean school

OCEAN FAMILIA 広報誌9月

サッカーをしよう！！

いつもお世話になっております。日頃オーシャンスクールへご理解、ご協力いただき誠にありがとうございます。暑い日が続きますがいかがお過ごしでしょうか。オーシャンスクールは、日常にフォーカスをあて子供達一人一人が成長できる環境作りを目指しております。9月は第一カッターフィールドでのゲームデーや走り方TRを大西先生指導のもと行いました。10月に入りましても暑い日が続きます。しっかりとした休息(栄養、睡眠)を心がけていただきサッカーを存分に楽しんでいきましょう！



トレーニングの様子

9月のトレーニングではパス&コントロール、そしてサポートの部分仲間と共に取り組みました。パスをしたら受ける、受けたら次へと繰り返し行いました。その中でゴールを奪うこと、ゴールを守ることが前提にあるということを取り組みながら伝えていっております。10月も引き続き宜しくお願い致します。

写真でありますとおりの日でも体育館で活動しました。

リハビリ、怪我へのサポート

怪我あけの選手には話し合いのもと、リハビリメニューを行なってもらってます。怪我の状況などからそれぞれの選手にあったメニューを作成し行なっております。10月は21日(月)にリハビリの時間を設けたいと考えております。宜しくお願い致します。

走り方トレーニング

9/25(水) チームアクセル大西先生のもとスプリントトレーニングを行いました。

現代サッカーでは走る事の重要性がクローズアップされております。実際にスプリント回数など数字で表記されているのを目にしたことがあると思います。オーシャンでは基本動作の習得、走る楽しさを知ってもらう意味で大西先生にトレーニングサポートをいただいております。今回はスプリントについて楽しくそして正確に指導をいただきました。みんな楽しそうにプレーしていて良かったです。最後のミニゲームも楽しかったね!

地域サッカー情報

大学生サッカー 千葉県1部リーグ 9月より後期スタート

高校生サッカー 千葉県1部リーグ 10/27 高校選手権 2回戦 習志野高校VS千葉明德高校 袖ヶ浦市総合運動場

中学生サッカー 千葉県ユースU15 10/13~ 決勝リーグ

小学生サッカー 県U12リーグ 9月より



事務連絡

・行き帰りには十分留意ください。オーシャンスクールホームページ」<http://www.sportsite.jp/sc/ocean-school/>※雨天中止等オーシャンの情報を掲載しております。

