



# SNSCだよ!



2021年5月  
NO.420

5月20日  
新型コロナウイルス緊急事態発令中!



部員	84名	新入会
U12	31名	杉倫太郎 スギリンタロウ 西落合小
U11	11名	
U10	14名	
U9	15名	
U8	8名	松尾 蒼 マツオ アオ 東落合小 松尾 翠 マツオ スイ 東落合小 井上 晃綺 イノウエ コウキ 白川小
U7	5名	渡部 駿一朗 ワタベハムライチロウ 東落合小 立川 瑛都 タチカワ エイト 白川小

## ハディングは、だめ?

日本サッカー協会から、ハディング練習のやりかたについて考え方が出ました。ハディングをして、頭がくっついたことがある人もいます。

・ハディングは脳へのダメージが心配

- ・そもそも、そんなに多くゲーム中にハディングしないよね。
- ・だからハディングの練習は、たくさんしないでいいですよ。
- ・じゃあ、どんな練習があるのかしら。

有持家では、天井からぶらさがったもので、

ひっぱったら、フラインドがおりてくるやつやカチツと電気がつくやつあるでしょ。あれにハディングして遊んでいます。

風船もいい。もっと見方かえてみよう。

バドミントンやバレーボール、野球もハディングの練習になるよ。

いま、世の中は、いろいろな“ダメ?”がたくさん出てきています。

どうしてダメなのか理由を考えて、“それじゃ、こんな考えはどうかかな?”と見方かえると、案外いいかも。

コーチたち大人も物事の大切なところをみきわめて、いっしょに勉強しています。

監督 有持 哲

【自己管理・・・子どもたち自身でできることで自信を!】  
【子育て・・・手は掛け過ぎず 眼をかけて・・・】  
【明るく楽しく元気よく!・・・子は親の鏡】

BGM



こんにちは～

なかなか練習が出来ない日が続きますがゲームばかりしていないかな?

公園で練習が出来ないかもいね。

そこで

プロの試合を動画で見ると、上手くなる方法のひとつになります。

毎日5分だけでも良いので

スーパーゴール、テクニク、珍プレーの動画を見てください。

凄いなあ～と思ったり

そこでミスをしたりするんだ。と驚いたりします。

良いプレーを練習でやってみよう!

いつでも見せに来てください。

待ってます!

U-12 加藤 コーチ



こんにちは。

新しい学年が始まりましたが、コロナウイルスによる緊急事態宣言のため

なかなかサッカーができない日が続いています。

そんな中で、それぞれ自分で自主練習をしている人もいます。

大変な世の中ですが、逆に考えるとコロナウイルス来たから

マスクや手洗い消毒をする事があたりまえになりました。

また体を動かす事やバランスの良い食事をする事が改めて大切だとわかりました。

コーチは野菜を育てています。

野菜も土の栄養のバランスが良くないと、ウイルスに負けたり、

虫にかじられたりします。

人間もバランスの良い食事をする事でウイルスに負けないし、しっかりとした体ができ、

カルシウムもたくさん取る事がサッカーでのケガが少なくなります。

寝る事も大事ですよ。

今はしっかりと休んで食べて勉強して下さい。

U12 本田 コーチ



活動予定・試合結果・各種フォームはSNSCホームページをご覧くださいね! <https://www.snsinfo.com/>