

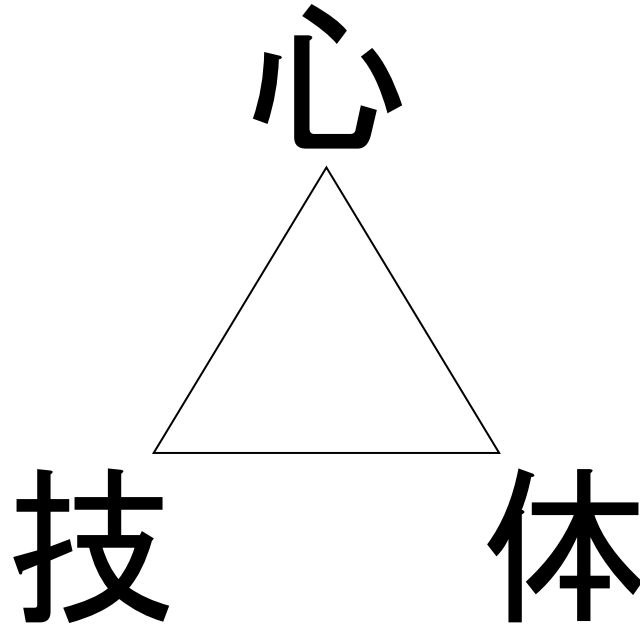
2014-2015

チームルールブック



HJSC 広少年サッカークラブ

サッカーは心^{しん}技^ぎ体^{たい}のスポーツである。



心^{こころ}(メンタル) 技^{わざ}(テクニク) 体^{からだ}(フィジカル)

どれが^か欠けてもバランスが崩れ、良い^よ選手^{せんしゅ}、良い^よ人間^{にんげん}は育ちません。

幹^{みき}の細い^{ほそ}木^きには立派^{りっぱ}な枝葉^{えだは}は付かない。

その幹^{みき}とは、心^{こころ}(メンタル)と^{かんが}えます。

おな
同じように、選手^{せんしゅ}・コーチ^{ほごしゃ}・保護者^{さんみいったい}が三位一体となり、
協力^{きょうりやく}し^あ合わなければ良い^よ(強い^{つよ})チームづくりはできません。

1 チームワーク(和)について

●サッカーは団体競技(チームスポーツ)であり、個人競技ではありません。

だから、サッカーに一番必要なのは、「チームワーク」=「和」なのです。

●サッカー(チームスポーツ)において、チームの「和」を乱す行為は、一番してはいけないことです。

【「和」を乱す行為とは…】

- ・ミスをしたチームメイトをなじる。悪口を言う。
- ・サッカーに関係のないケンカをする。
- ・休憩中にあちこちふらふらする。
- ・ワンマンプレー(自分勝手な行動)をする。
- ・練習道具の準備、片付けをしない。
- ・練習中にダラダラする。
- ・すぐに集合しない。 など

●低学年は高学年を見ています。

高学年は低学年の手本にならなければなりません。

2 感謝の気持ち(礼儀について)

●グラウンドに感謝しよう！

グラウンドがないとみんなの大好きなサッカーができません。いつも使わせてもらっているグラウンドに感謝して、全員で整列し、練習前と練習後に必ず挨拶しよう。

また、ゴミを拾ったり、グラウンドをキレイに使うことを心掛けること。

●道具を大事に使おう！

ボール、スパイク、コーンやビブスなど、練習に必要な道具がたくさんあります。

蹴ったり、投げたり、振り回したりして物を粗末に扱うことは、サッカー選手として、人間として最低の行為です。

どれもみんながサッカーが巧くなるために無くてはならない大事な道具ですから、道具に感謝し、大事に使いましょう。

●お礼・挨拶は大きな声でハッキリと！

サポートしてくださった方に感謝しよう。

例えば、周りの人にボールを取ってもらった時は、恥ずかしがらずに「ありがとうございます！」と大きな声でお礼を言うこと。

●対戦相手と審判に感謝する

対戦相手と審判がいなければ試合ができません。

試合を楽しむために、気持ちよく挨拶し、対戦相手をなじったり、ジャッジに文句を言っははいけません。

3 準備・片付けについて

●練習道具の準備と片付けは選手がすること。

準備は誰かのためにするものではありません。自分が練習するために行うものです。

※準備や片付けをサボる選手は、練習に参加できません。

●ゴールなど、重たい物を運ぶことは大変危険です。

必ず、コーチや保護者などの大人と一緒に運ぶこと。

絶対に選手だけで運ばないこと。

※運んでいる時に絶対ふざけないこと。

●練習開始時間までに準備を済ませること。

4 れんしゅうちゅう練習中のルール

- コーチのい言うこと事におお大きなこえ声で「ハイ！」とへんじ返事をする。
- コーチがせつめい説明しているとき時は、め目を見みてはなし話をき聞く。
- わか判らないこといけんや意見があれば、いどんどん言う。
- きゅうけい休憩はベンチのちか近くでとり、ちあちこち散らばらない。
※きゅうけい休憩はつか疲れたからだ体をやす休ませるじかん時間です。あそ遊ぶじかん時間ではありません。
ん。
- コーチがしゅうごう集合をかけたとき時は、しゅうごうすぐに集合する。
しゅうごう集合がおそ遅いと、れんしゅうじかん練習時間がすくどんどん少なくなって、チームメイトチームメイトにめいわく迷惑をか掛けることになります。
- トイレに行くい時など、グラウンドからはな離れるとき時は、コーチにきよか許可をもらうこと。
- れんしゅうちゅう練習中にきぶん気分がわる悪くなったり、からだ体のどこかがいた痛いとき時は、がまん我慢しないでコーチにいすぐに言うこと。

5 その他のルール

● バッグやドリンクなどの荷物にもつはベンチ付近ふきん そうこまえ(倉庫前)に置くこと。

※ あちこちにちらばらない。

● グランドのそばあぶの危あぶないトコロちかづに近付ちかづかない。

※ ボールとを取りいに行くとき時のぞを除く。

【近付ちかづいてはいけない場所ばしよ】

・ 広警察署側ひろけいさつしよがわマンションのミゾ

・ 広警察署側ひろけいさつしよがわマンション壁かべへのボール蹴りけ

・ オークアリーナの芝しばの坂さか

・ オークアリーナの階段かいだん

・ そのほか練習れんしゅうに関係かんけいのない場所ばしよ

● 絶対ぜったいに道路どうろでボールつかを使つかわないこと。

● 他ほかの人ひとの迷惑めいわくになっていないか、いつも気きを付つける。

※ 特に赤ちゃんとく あかや小さい子どもちい こ、お年寄りの側としよ そばでボールつかを使つかわないこと。