



三 和 鎌 田

サッカー部通信

Estrela Express

エストレラ エクスプレス

第8号

平成30年6月7日

5月中の試合等の結果

- 5月3日 U12 鎌田交流戦
 - ×1-2 志都美旭ヶ丘
 - 3-0 葛城新庄
 - 1-0 五位堂
 - 2-1 五位堂

チームが覚醒しました。中岡選手が3得点の活躍、野中選手はスーパーセーブの連続でした。この調子が続けばと思いました。(池永)
- 5月4日 U10 鎌田交流戦
 - ×0-2 志都美旭ヶ丘
 - ×1-4 河合
 - ×0-3 五位堂
 - ×0-3 葛城新庄

伸びしろの大きさを感じさせる交流戦でした。(池永)
- 5月6日 U12 FNA リーグ第一節
(平畑運動公園グラウンド)
 - ×0-1 サウスキッズ
 - 5-0 香久山
- 5月12日 U11 吉野皐月杯
(吉野総合グラウンド)
 - 2勝2敗で第3位(〇〇)/~~~~
 - ×0-1 サウスキッズ
 - 3-1 五位堂
 - 1-0 吉野
 - ×0-3 二階堂

試合の立ち上がりで失点が多く、これからの課題です。
(渡辺)



- 5月12日 U9 吉野皐月杯
(吉野総合グラウンド)

2勝2敗で第3位(〇〇)-☆

×0-4 サウスキッズ

×0-3 千早赤阪

○5-0 吉野

○7-0 二階堂

みんなで、声を掛け合いながら、気持ちのこもった試合が出来ました。

山下、井口選手がハットトリックを達成
(井口)



●5月13日 U8玉手カップ(玉手小学校)

△0-0玉手

×1-2久宝寺

×0-2柏原

×0-2アバンティ

雨の中、よく頑張りました。(近藤)

優秀選手は、**黒川選手**



●5月19,10日U12FNAリーグ第二,三節
(宇陀、平畑グラウンド)

○7-0安倍

×0-6奈良東和

○7-0香久山

×0-4サウスキッズ

●5月20日 U1ONFA北葛リーグ
(河合第二小学校)

×2-3葛城當麻

×0-2真美ヶ丘

×0-1五位堂

×0-6河合

●5月27日 U11河合交流戦
(河合第二小学校)

○1-0志都美旭ヶ丘

×2-3下田

×0-1河合

△2-2五位堂

来月の県大会アスカカップに向けて、各チーム良い練習試合ができました。(池永)

●U9 高市交流戦
(高取健民グラウンド)

×2-3高市

○7-0紀城

△3-3河合

○3-2紀城

全員、良く走りました。けれども気が抜けるような場面も多くあり、集中力を切らさないプレーがあれば、更に一段階アップです。(近藤)

歩みVo7

~リフティングは集中力の訓練~

集中力をつけるのは難しいものです。元来、人間の脳は一つの事に集中するのが苦手なようで、子どもに限らず、大人でも長時間集中することは難しいものですが、毎日トレーニングを積むことで向上すると言われています。

子どもは、ゲームなら時間を忘れて遊びますが、これは集中力ではなく、刺激の強さに振り回されているのかもしれませんが。私は、サッカーを通じて、集中力も高めてほしいと考えています。リフティングの練習は、短時間の集中力の積み重ねですので、集中力の訓練にもなっています。また、試合にしっかりと臨むことで集中力も高まります。

子どもの集中力を育てるためには、健康で丈夫な体、集中しやすい環境づくりも大切です。特に、睡眠時間は重要で、小学生の場合、9~11時間の睡眠は必要だと言われています。

私たちは、中学生になったとき、勉強でも、スポーツでも集中力をもって出来る文武両道のバランスの良い子に育ててほしいと願っています。