わくわく新聞　～摂津校～

＜1月・2月スクール情報＞
月曜日・水曜日
場所：青少年広場
年少～年長15：15～16：15
小学生16：30～17：45

＜時間が変わります＞
・1/5（水）
年少～年長14：00～15：00
小学生15：00～17：30
（通常スクール＋11/10㈪中止分）

※2022年のスクールは1/5㈬からとなります。
1/3㈪・1/10(月・祝)はお休みです

振替

・1/26（水）年少～年長コース（自己都合お休み分）
・2/28（月）年少～年長コース（自己都合お休み分）
2/23（水・祝）はお休みとなりますので、3/30（水）に振替を行う予定です。
その他振替が決まりましたらメールにてご連絡させていただきます。

土曜日

・1/8　場所：陸上競技場天然芝
（午前）新年ブラジルゲーム大会
（午後）わくわくCUP（1・2年生/年中・年長選抜）

・1/15　場所：服部緑地人工芝
大人のソサイチ
高校生以上　18：30～20：50

お知らせ

年少～年長コース
第4週目は振替スクール　￥1,000での参加も可能となります。

お願い

持ち物には必ず名前を書いて下さい。
特にピステ、水筒の忘れ物が多いので、誰のものかわからず渡せないままの物があります。よろしくお願い致します。

イベント情報や、LINEの友だちだけに送るお得なクーポンを配信中です！
ぜひご兄弟やお友達とお得な情報やクーポンをゲットして、イベントに参加してみてください！！
スクール生以外もLINEの友だち追加をしていただくことで使えます。

LINE ID：@576qdhju

※スクールの連絡は、ご登録いただくメールアドレスからいたします。

いとうコーチのメンタルの部屋　VOL.1

メンタルトレーニングは1950年代初頭旧ソビエトが宇宙飛行士向けに開発しました。
それがスポーツの世界へ応用され、1984年のオリンピックにおけるアメリカの活躍に
メンタルトレーニングがあったのを受け、日本では1985年に本格的に導入開始しました。
心の強さは、生まれつきや遺伝、血液型などで片付けられてしまう事がありますが
メンタルトレーニングは科学的に根拠のある物！心は筋肉と同じように鍛える事ができます！
日本では「心技体」のバランスが大切だとよく言われていますが、ほとんどの場合
技と体のトレーニングに時間を割いています。
しかし、試合で負けた理由を「気持ちが足りない」と言われた、聞いた事はありませんか？
本番直前、心技体で１番大切なのはどれでしょうか？
わくわくサッカースクールの大きなテーマは“成長”です！
そこには心が大きく関わっていますね！
昨年からメンタルトレーニングの勉強を始め、㈱メンタリスタ　レベル1とレベル2の
ライセンスを取得しました。
今後は子供達の成長をテーマにメンタルトレーニングの視点から様々な情報をお伝え
していきたいと思います！

メンタルについて講習する伊藤コーチ

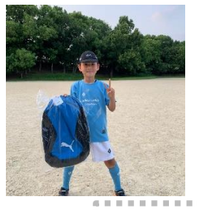
こころの話に子供たちも興味津々

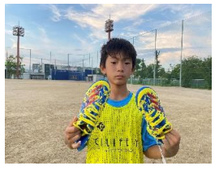
なおコーチのステップアップ紹介

「努力が人よりも続けられる人は必ず成功する」　本田圭佑（サッカー選手）
「「やるべきことはきちんとやった」という確かな手応えさえあれば、基本的に何も恐れることはありません。あとのことは時間の手にまかせておけばいい。」　村上春樹（作家）
「結果ではなく、自分らしく一生懸命取り組むことが成長に繋がる。ステップアップに挑戦し続ける人は、必ず成長する！」　伊藤豊（某サッカースクールコーチ）

彼らは知っていたのかもしれません、ステップアップがどれほど素晴らしいチャレンジになるのかを！！
ステップアップとは、わくわくが定めた課題にチャレンジして合格を目指していくもの。
昨日の自分よりも成長する。それを続けることで、ひとつずつ課題をクリアしていくことができる。
そこにあるのは「自分との戦い」
ステップが上がるとコーチたちですらクリアが難しい課題もあります・・・
それでもクリアしていったたくさんのスクール生や元スクール生たち！
それは彼らが自分で目的をもって努力をし続けたから！！
チャレンジするかしないかはみんなの自由！コーチたちはみんながなにを選んでも応援し続けます！

R3年度　ステップアップ10クリア　スクール生





詳細と用紙のダウンロードはこちらから！

たつやコーチのイベント紹介

○1/8（土）開催！わくわく版ブラジルゲーム大会

魅力①　**親子で参加できる**イベント！
魅力②　どのレベルでサッカーしたいかを毎試合ごとに**自分で選べる**！

ブラジルゲーム大会は親子で参加出来て、
レベルごとにコートを分けるので 自分にあったレベルで楽しくサッカーが出来ます！
毎試合コートを選択できるので、途中でサッカー熱が高まってきたお父さんお母さんもご安心ください。
（親と子が別のコートでやるのもOKです）

年少～年長さんには遊びながらボールに触れるコートも準備しますので、試合に疲れてきても大丈夫！
普段一緒にプレーできない他地域、他年齢のの人たちとの交流はいい刺激になること間違いなし！

子供の一生懸命なところを見れて良かったです。
一緒に試合をできるのはとても貴重な時間でした。

Sくんといっしょに参加した保護者の方