



POLAR★STAR

2021年12月

NPO法人スポーツコミュニティ磐田・ポーラスター活動予定表



12月		FCポーラスター磐田				サッカーあそびスクール				イベント/その他教室			
		対象	集合/開始	解散/終了	会場	対象	集合/開始	解散/終了	会場	名称	集合/開始	解散/終了	会場
1	水									リーベ運動あそび	9:30	11:30	西貝保育園
										フットサル広場中学生	18:00	19:20	ゆめりあFS場
										フットサル広場大人	19:30	21:00	
2	木					園児	16:00	16:40	ゆめりあFS場				
						小1~3年	16:50	17:40					
						小4~6年	17:50	18:55					
3	金					園児	15:20	16:00	西貝交流センター	リーベ運動あそび	10:00	11:00	しんえい保育園
						小1~3年	16:10	17:00					
4	土	6,5年	8:30	10:00	大藤小G								
		4,3年	10:15	11:45									
		2,1年	9:00	10:00									
5	日												
6	月												
7	火					園児	16:00	16:40	総合体育館 小体育場				
						小1~3年	16:50	17:40					
						小4~6年	17:50	18:55					
8	水									リーベ運動あそび	9:30	11:30	はぐみなの風
										フットサル広場中学生	18:00	19:20	ゆめりあFS場
										フットサル広場大人	19:30	21:00	
9	木					園児	16:00	16:40	ゆめりあFS場				
						小1~3年	16:50	17:40					
						小4~6年	17:50	18:55					
10	金					園児	15:20	16:00	西貝交流センター	ポルピ式ボールあそび	9:30	11:30	ちやいるどほうす
						小1~3年	16:10	17:00					
11	土	6,5年	8:30	10:00	大藤小G								
		4,3年	10:15	11:45									
		2,1年	9:00	10:00									
12	日	6,5年	8:30	10:00	磐田北小G								
		4,3年	10:15	11:45									
13	月												
14	火									外遊びプログラム	9:30	11:30	はぐみな保育園
15	水									リーベ運動あそび	9:30	11:30	はぐみな保育園
										フットサル広場中学生	18:00	19:20	ゆめりあFS場
										フットサル広場大人	19:30	21:00	
16	木					園児	16:00	16:40	ゆめりあFS場 9/9分振替				
						小1~3年	16:50	17:40					
						小4~6年	17:50	18:55					



POLAR★STAR



2021年12月

NPO法人スポーツコミュニティ磐田・ポーラスター活動予定表

12月	FCポーラスター磐田				サッカーあそびスクール				イベント/その他教室			
	対象	集合/開始	解散/終了	会場	対象	集合/開始	解散/終了	会場	名称	集合/開始	解散/終了	会場
17	金				園児	15:20	16:00	西貝交流	リーベ運動あそび	10:00	11:00	しんえい保育園
					小1~3年	16:10	17:00	9/9分振替				
18	土	6,5年	8:30	10:00	磐田北小G				しつもんメンタル	18:30	20:00	ゆめりあ会議室
		4,3年	10:15	11:45								
		2,1年	9:00	10:00								
19	日	6,5年	8:30	10:00	磐田北小G				O-35ゆるサル	18:00	20:00	ゆめりあFS場
		4,3年	10:15	11:45								
		2,1年	9:00	10:00								
20	月											
21	火				園児	16:00	16:40	総合体育館 小体育場	リーベ運動あそび	9:30	11:30	蒲こども園
					小1~3年	16:50	17:40					
					小4~6年	17:50	18:55					
22	水							リーベ運動あそび	9:30	11:30	はぐみな保育園	
23	木							リーベ運動あそび	10:00	11:30	いずみ第二保育園	
24	金											
25	土	U10リーグ	8:30	11:45	大藤小G				なでしこひろば	10:30	11:30	大藤小G
		6,5年	8:30	10:00								
		3年	10:15	11:45								
		2,1年	9:00	10:00								
26	日	U11リーグ	8:30	11:45	磐田稗原G							
27	月											
28	火											
29	水	事務局 冬季休業 2021年12月29(水)~2022年1月3日(月)										
30	木											
31	金											

<コーチのつぶやき>

大人が子どもの興味に興味をもつ～人の集中は15分？！

・皆さん、どんな時に集中できますか？「うちの子は集中力が無い」そんな声をよく聞きます。本当は『無い』ことはないんです。(笑)
 正確に言うと「集中力が続かない」です。しかし、人間の集中力の持続には限界があり、大人であっても通常15分、意識して頑張れるのは45分と言われてます。だからサッカーは45分ハーフなんだという説もあるくらいです。子どもも同じように15分くらいの集中持続力なので、普段のトレーニングでも15分程くらいで水分補給するなどしています。また人によって持続力は違うし、集中するポイントも違います。一見、ゴール前でただ休んでいるように見える子ども、しっかりと相手や味方を見て攻撃に備えている時もあるのです。私達大人は、見えている姿だけでなく、「今、子ども達の興味は何なのか？」と心の中にある子ども達の興味に興味をもってあげたいですね。

<https://polarstar.jp>

試合結果や日程などポーラスターの最新情報は、ホームページをご覧ください。



NPO法人スポーツコミュニティ磐田・ポーラスター
 〒438-0086 静岡県磐田市見付2934-1
 TEL 0538-84-7484
 FAX 0538-84-7400
 e-mail info@polarstar.jp
 URL <https://polarstar.jp>