

優しく強い子に！



<http://www.minamih.net/>
18・10・8(月)
南NEWS no 73

市民体育祭初戦

5・6年生PK戦で敗れる

5年生は、押しはいたのですが、前半1失点、後半1失点と2点リードされた後、レオン君のフリーキックで1点を返し、セイジュン君のハーフライン左側からの単独ドリブルでGKと1対1を落ち着いて右アウトでGK右を抜いて同点！！

後半みんながよくスプリントして、ドリブル突破からクロスというチャンスがいくつもあったのですが決めきれず、PK戦7人目で敗れました。

6年生もUNOと0-0。PK戦は4-5で敗れたそうです。

持てる力を発揮すれば勝てる相手に勝てないのは何故か考えたいですね。

なかなか勝てなかった白百合に勝って優勝した白百合招待は何故勝てたのかも考えてみてください。

6年生のみなさん、このまま尻すぼみで良いのでしょうか。清水コーチが心配しています。

by 南のアンパンマン



6年生 市民体育大会

10月7日 @別所小G

○めあて:コーチング、シュートを打たせない、ウラばかり狙わず崩す。

○南八王子0-0 UNO 前半0-0 PK4-5 負け

このチーム最後の市民体育大会。この日も選手主導のミーティングで始まり、順調な立ち上がり。しかし決定的なチャンスに決められず、PK戦へ。このチームらしくPK負けで市民体育大会を終えました。

ソウタ君の前からのプレス、ユウヒ君の25番へのケア、リョウタ君の安定した守備とゲームコントロール、テッペイ君、リンペイ君のバックからの押し上げ等良いところも多い試合でしたが、やはり決定力不足でした。

ただ前に蹴る事もなく積極的にワンツーを狙ったりドリブル突破を仕掛けたりと、めあてを意識しての試合運びだっただけに残念でした。

残り半年ですが、あと一步が届かない印象です。普段の練習から真剣に取り組んでいる選手は力を発揮できますが、何となく参加したり、ふざけたり、休んだりする選手は一步足りない印象です。

潜在能力がとても高い選手達なのでもったいないなあと思います。何となく練習をして、何となく試合に入り、何となく負けてしまう・・・そんな事の無いように最後の大会U-12決勝トーナメントはGANBARいましょう！

by 清水コーチ

技・ターン	2018年		10月		7日		場所: 別所小					
	とあ君	ゆづひ君	ゆうと君	そうた君	りょうた君	りょうと君	しんせい君	てっぺい君	りんぺい君	ひかる君	ちかこさん	はやと君
アウトサイドフック		○		○	○						○	○
ドラッグバック												
ストップターン												
ライトアングル						○						○
ステップオーバー				○								
クライフターン								○				
ストップ・ゴー						○		○				
椅子の形						○					○	
マッシュ						○					○	
V字		○									○	
ダブルタッチ						○						○
スモールブリッジ												
ビッグブリッジ												
シザーズ												
ロコモティブ												
マルセイユルーレット				○	○						○	
金田ダンス												
めあて												
コーチング	○		○	○	○	○	○				○	
シュートを打たせない						○		○	○	○		
ウラばかりではなく崩す						○					○	

スマホで急増する若者の老眼・子どもの斜視

食べもの通信 2018・10月号より

中学生スマホの使用時間は最長で一日一時間まで

中学生までの視力が発達する時期に、スマホを長時間使用することは、両眼視の障害や斜視を招くことになります。

近視予防には、スマホの使用を控えることが、第一のポイントです。

第二は、自然の中で過ごす(外遊び)時間を多くすること。スマホの使用時間が長くなると、自然の中にいる時間が当然短くなります。近視予防の効果が最も高いのは、外遊びであることが知られています。

スマホの使用時間が一日一時間未満の場合、両眼視異常はほとんど見られないことから、スマホの使用時間は、長くても一日一時間以内が目安と考えられています。

子どものスマホ依存症が急増しています。子どもの心身が健全に発達するように、家庭や学校などで、スマホ使用のルールづくりや外遊びがしやすい環境を整えることが大切です



矢上の実感 外遊びをすると自然に足腰が鍛えられ、スポーツ向きの身体が作られていきます。自然の中で遊ぶ子は、大人のアドバイスも無しに自分で創意工夫する力も知らずに身につけていきます。清水コーチも自然の中で遊んで身につけ、学んだことが今のお仕事に生きてると仰っています。

