

国士館高校 サッカー部

ガイドブック

KOKUSHIKAN
HIGH SCHOOL
FOOTBALL CLUB



目次

表紙 p.1

クラブ理念 p.2

一日の流れ p.3

必要年間経費 p.4

国士館高校サッカー部

—クラブ理念—



“継続は力なり”

日々の小さな努力の積み重ねが、後に大きな差を生むことを理解し、サッカーに限らず、学校生活、日常生活において他者よりも優位に立つことを理解した中で、社会や地域の方々、学校関係者、国士館高校サッカー部に関わる全ての皆様から信頼され、応援していただけるチームを目指しています。サッカーでの結果はもちろん、サッカーを通じて、社会性（礼節・ルール・常識）と人間性を身に付け、文武両道を実践できる人間の育成をしています。

国士館高校サッカー部選手の目標

競技面

- ・チャンピオンシップスポーツとしての強化を図り高校日本一を目指す
- ・厳しい練習により技能、体力、精神力の向上を図る
- ・将来において優秀なサッカー指導者の育成を行う

生活面

- ・サッカー競技者である前に高校生であることを自覚すること
- ・一人の人間として常識ある行動、言動が実行できるような人間力を養うこと
- ・常に相手の立場になり、尊重し敬意を払うこと
- ・自己中心的な発想ではなく自己犠牲の精神を忘れぬこと
- ・将来、一般社会人として必要な社会性を身に付けること
- ・何事にも前向きに真面目に努力を重ね、礼節を重んじること
- ・規則正しい生活を励行し、自己管理の徹底を図ること
- ・社会的常識、ルールを遵守すること
- ・時間厳守（他者の大切な時間を奪わぬよう、5分前精神を忘れぬこと）

学習面

- ・学習に真摯に取り組み、文武両道を実践できるようにすること
- ・授業、学習に対し積極的な取り組みを行うこと

国士舘高校サッカー部

—1日の流れ(平日)—



ALL IN ONE!

国士舘なら朝から晩まで、世田谷キャンパス内で勉強・部活・トレーニング・食事ができます!

07:00 ~

グラウンドにて自主練習の時間

08:05 ~

サッカー部点呼

08:20 ~

ホームルーム

08:30 ~

朝学習(単語テスト)

08:45 ~ 15:15

授業

16:00 ~

練習(校舎の目の前にある人工芝)

18:30 ~

自主練習の時間
(グラウンド・ジム・
プールなど…)

専用食堂で夕食

~ 20:30

K-Improveで自習

帰宅



メープルセンチュリーホール (MCH)



MCH内プール



MCH内ジム



校舎の真横にある人工芝のグラウンド

国士館高校サッカー部

— 必要年間経費 —



	名目	金額	補足
1	部費	2,000円(1ヶ月) × 12 = 24,000円	クラブ保有品(ボール・テーピング・消耗品)の購入
2	夕食代	約 12,500円(1ヶ月) 1食 780円 平日 4日間 × 4週	練習後 30分以内の食事摂取により、消耗した肉体を回復させることを目的としています。毎週火曜～金曜の練習後に、グラウンド横の食堂にて夕食を食べ、自習室で勉強をした後帰宅します。
3	交通費(対外試合等)	場所により実費	できる限り、マイクロバスを使用します。(グラウンドが狭小のため、土日は他会場での活動が多くなります)
4	長期休暇(春夏冬) 遠征費	場所により変動 100,000円程度(年間)	宿泊場所等により変動 (目安 1日 7,000円～ 8,000円)
			※氷・補食費・観光バス代・その他雑費 (2,000円～ 3,000円の補助をお願いしております)
5	後援会費	50,000円(年間)	部員全員加入 (外部コーチ謝礼・その他)
6	マイクロバス・ 部用車維持費	15,000円(年間)	遠征・試合等に使用するバス・部用車燃料代・高速代・保険代
7	スポーツ用品 (個人購入分)	約 110,000円～ 約 130,000円	1年次のみ夏物・バッグ・個人ユニフォーム等：約 85,000円
			1年次のみ冬物(グラウンドコート等)： 約 35,000円



国士館高校サッカー部
専用マイクロバス

