



# チームToriha

## ～サッカーチームとしての活動～



イメージキャラクター  
トリハー君

## 2022/8/7(日) 門前仲町

湿度の高い中での練習会になりました。水分補給を何度も取ることを心掛けて取り組みました。最近は特に、練習が始まる前に、各自で練習を楽しそうにする選手が多く見られます。

集合がかかると、ボールを片付けて、集まれるようになっております。アップは指導員をしっかりと見て、いうことを聞いて取り組む様子が見られました。



二人組でのトレーニングでは、誘導できる人は、率先して行動し、人を動かすトレーニングを行いました。年上の選手が、年下の選手の手を取り、動いている様子が見られました。素敵な光景でした。

ボールを使ったトレーニングでは、体全体を使うような練習を多く行いました。

チームごとに分かれての練習では、チーム②では、ゴールを3つ設定しシュート練習を行いました。指導員が、伝える順番にゴールが変わるので、集中して指導員の指示に聞いていました。ゲームでは、3対3の同点で終わりました。最後に決めた選手は、自主練でいつも繰り返しシュート練習しており、今回その成果ができました。

チーム①では、みんなで協力して、ボールを回すことに挑戦しました。

最後の挨拶は、皆で整列し、保護者様に大きな声で挨拶しました。保護者様も、素敵な拍手で答えてくれました。



### 『チームトリハー』

サッカー×療育では、楽しくボールを蹴るだけでなく色々な走り方や、体の使い方のトレーニングをしております。広いグラウンドで走り回るのはとっても楽しいと思います。

毎月第1、第2、第3日曜日に開催中です。 <http://www.trip-heart.jp/soccer>

トリプル・ハート(東京都中央区) <https://www.triple-heart.jp>