



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

2023/11/26(日) 門前仲町

空気が冷たく、手も冷たくなるほどの気温での練習会になりました。そんな中、参加選手は、元気いっぱい動き回ることができました。指導員が集合の合図をすると、スムーズに集まることができるようになっていきます。アップが始まると指導員の声かけや、動きを見て、動きます。次々と変わる動きを必死にまねする選手もいれば、あ、これかって先にわかり、動ける選手もできました。ただ、やるのではなく、ポイントポイントで、再度動きを見せます。



ボールを使ったトレーニングの中で、うさぎ・パンダがあります。両足でボールを挟みジャンプするというものですが、選手の中には、難しい動きのパンダができるようになってきたものが数名でできました。ボールを高く上げて、拍手して取るは、みんなが大好きなトレーニングです。人の頭に当たらないように投げることは難しいことですが、みんな、思いっきり楽しんでおります。途中からは、チームに分かれて、練習を行います。それぞれの指導員が、メニューを考え、取り組むようにしております。繰り返し行うことで、出来なかった動きができるようになってきます。チーム②では、最後にゲームを行います。今日は6対6と点の取り合いとなりました。試合前と試合後の挨拶はしっかり行うようにしています。全体でも、ずっと寒い中応援してくださった保護者の皆様に挨拶を行います。今日は、今までで一番声がでていました(喜)

『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>

トリプル・ワーク(東京都中央区) <https://www.triple-work.jp>