



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

2025/9/14(日)門前仲町

いち時期の暑さにくらべると落ち着いた気がします。湿度が高く、少し動いただけで、汗が滝のようにでます。そんな中、参加選手達は、こまめに水分補給を取りながら、たくさん体を動かしました。夏休みが終わり、通常のトリハーに戻ったこともあり、たくさんの選手が参加してくれました。保護者様の座る席もないほどでしたが、1時間暑い中、静かなご声援ありがとうございました。続けていくと、選手達は色々吸収でき、びっくりする場面が多々あります。前身のスポーツチャレンジ→現在のチームトリハーと続けること7年半となっております。最初の頃に参加していた選手は、卒業しております。この間、新しい選手がたくさん参加してくれています。未就学だった選手が、小学生になり、指示がしっかり聞けるようになっております。



全体練習で最近行っている、パス交換(手を使う)では、年上の選手が、年下の選手に声をかけるやり取りをたくさん見ることができます。チーム②のパス交換は、足を使ってパス交換をしております。手と違い、うまくいかない場面がありますが、最近は、スムーズにボールを動かしている様子がみられます。チーム①では、一人一人にフォーカスし、ボールを蹴る、走る、跳ぶなど、基本的な体の使い方を自然とできるように工夫しております。挨拶は、とても大切にしております。最後には、参加選手が一行に並び、応援して下さった保護者様に挨拶を行っております。いつも、大きな拍手を頂き感謝しております。最初と最後は、しっかり行うことは、何をしても大切です。そんな感覚を、自然と身につくように考えて指導しております。

『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>

15時～16時