



スポーツチャレンジ(SC) ～蹴って、走って、投げて～



イメージキャラクター
トリハー君

11/9(土)夢の島フットサル

第19回目のスポーツチャレンジ(SC)を開催しました。

肌寒い季節になってきましたが、今日は本当にサッカー日和でした。寒すぎず、暑すぎず。

ただ、色々な運動をすると汗をかくので、こまめに水分補給を行いました。
水分補給を取ることもトレーニングの一つです。



指導員を追いかける鬼ごっこは、皆必死に指導員を追いかけます。指導員も必死に逃げますのでその様子はとっても楽しそうです。声もいっぱいです。

色々なかけっこでは、後ろ向きに歩くトレーニングを入れました。はじめての動きで戸惑いも見られましたが、指導員と一緒にトライできました。

基本となるキックのフォームは時間をかけて練習しました。

集合して、最後は保護者への挨拶もしっかりできました。皆が号令で並べるようになっているのも素敵な光景です。

次回スポーツチャレンジは、
12/28(土)江東区夢の島

