



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

2023/4/23(日) 門前仲町

運動しやすい気温の中での練習会になりました。4月から、よりたくさんの方が、参加できるようになりました。本日もたくさんの選手にご参加頂きました。

集合がかかると、本当にすぐ集まれるようになっております。その上をいく選手は、周りに転がっているボールを集めてくれる様子も見られました。

挨拶が終わるとみんなで声を出して、アップを行います。指導員の話、動きを聞いて、動けるようになっております。

最近変わってきたところは、参加選手が首を振れるようになったことです。それができるようになったから、指導員の動きが瞬時に見れ、各自対応ができるようになりました。



ボールをいっぱい触わり、ボールの扱う感覚をトレーニングの中に入れていきます。ボールはほっておいても転がります、その特性に気が付き、ボールを扱えると、プレーの幅が広がります。その感覚を自然と身に着けられるように、繰り返してトレーニングしていきます。

ゲームは、大きなフィールドで行いました。5対4と、本日も白熱した展開になりました。何度も、ピンチを救うビックプレーを見ることができました。本日もありがとうございました。

『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、第4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>