



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

2023/7/9(日)門前仲町

とにかく湿度が高く、少し動くと喉が渴きました。そんな中での練習会になりましたが、参加選手たちは、笑顔で楽しそうに走りまわりました。初参加の選手もいましたが、指導員の話聞きながら、まわりの選手の様子を見ながら、取り組むことができました。

アップは、みんなで円を作って、その中で動きますが、最近はふざける選手が少なくなってきています。指導員が次々と、メニューを変えるので、1つ1つのメニューを集中して聞き、懸命に模倣する様子が見られました。その場で歩くは、楽しくなってしまう、本当に歩き出してしまいます。



色々な走りは、全員で行いますが、自分の番まで待って、号令がかかると元気よく走り出すことができるようになっていきます。トレーニングメニューは、簡単ではないのですが、参加選手は一度の説明(模倣)でできるようになっています。

チーム①でも、ゲームを前回からはじめています。楽しくボールに触れることが大切です。チーム②では、ただのシュート練習ではなく、事前にもらう前の動きを色々入れて行っております。最後はゲームを行いますが、試合前、後に、相手の選手に対して、きちんと挨拶を行うことを毎回大切に指導しております。

『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>