



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

2023/8/6(日) 門前仲町

暑い日が続いていた中、練習開始と同時に、グラウンドに水たまりがいっぱいできるほどの大粒の雨が降ってきました。そんな中、集まった選手たちは、元気いっぱい体を動かしました。まず、みんなで円になって、体を動かしていきます。指導員が声かけをしますが、その声かけをよく聞いて動いていきます。その後、大きなグラウンドに移動して、色々な走りをしていきます。今日は、一列に並んで動くことを行いました。前後を見ないとほかの選手に当たってしまうので、首を振る練習も同時に行いました。



シュート練習では、ディフェンスがいる中で行いました。より実践的な練習に取り組むことで、試合で自然とできるようにしていきます。試合は、4対4の同点となりました。どうしても、勝ち負けにこだわりすぎると、まわりの選手とのコミュニケーションが雑になります。そんな時だから、気持ちをコントロールして、プレーできるように声かけをしていきます。最後は、みんなで、暑い中応援してくださった、保護者様に元気いっぱい挨拶をして終わりました。

『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>