



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

2023/8/13(日) 門前仲町

練習が始まると同時に大雨となり、グラウンドの一部がすぐに水浸しになりました。また、近くで大きなお祭りがあり、交通規制があり、参加しにくい環境でしたが、たくさんの選手にご参加頂きました。集合の号令がかかると、真ん中のサークルに集まります。最近は、すぐに集まれるようになっております。挨拶と同時に、体を動かしていきます。みんなが好きな動きとして、その場で歩くがありますが、何人かの選手は、楽しくなって本当に歩いてしまいます。



基礎練習までは、チーム全体で行います。ボールを頭の上にもって普通に歩く時と、つま先歩きに歩くを行いました。どうしても、つま先になると小走りになってしまいます。何度も休憩を入れ、水分補給をしっかりと取ります。チームに分かれて、シュート練習を行います。チーム②では、いつもと違い、ボールを自分でもらいにくる動きを行いました。最後は、ゲームを行いました。7対9と点の取り合いとなりました。悪天候の中、たくさん保護者様の応援を頂きました、ありがとうございました。最近は特に、続けていくことで、色々な体の機能の変化、気持ちの変化が見られてうれしいです。

『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>