



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

2024/9/22(日) 門前仲町

湿度が大変高い中での練習会になりました。参加選手は、元気いっぱい、フィールドを駆け回っていました。いつもと違うアップメニューを行いました。参加選手は、きちんと指導員を見て模倣することができていました。ボールを使ってのトレーニングもいつもと違うものを行いました。あーだ、こーだ言いながら、参加選手は、きちんとトライすることができていました。



チームに分かれてからは、一人一人にフォーカスしてトレーニングを行いました。チーム②では、指導員が言った、色のコーンとワッカーを通して、ゴールに行くことを行いましたが、自分じゃない時は覚えられていましたが、実際自分の番になると不安そうに行っている様子が見られました。練習なので、間違えたり、失敗していいということを指導しています。チーム①では、体の使い方、走り方や、ジャンプなど、基礎運動を中心に行いました。保護者目線で見ると、頑張っってすべてのメニューに参加してとおもう時があるかもしれません。その目線を、少し変えて、その場所に入れていることができていると見て頂くといいときがあります。1つでも出来ることがあれば、その日は終わりです。

『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>

1部 15時～16時 2部 16時～17時