



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

2024/11/24(日) 門前仲町

肌寒い中での練習会になりましたが、参加選手は元気いっぱい体を動かすことができました。いつも通り、集合かけアップに取り組みました。ただ、今日は、同じアップメニューですが、場所を移動しながら、取り組みました。参加選手は、問題なく、スムーズに取り組むことができていました。人数も多いいため、グラウンドの使い方を工夫して行いました。笛と共に立ち上がるメニューは今後行います。



ボールを使っでの練習では、ボールのまわりを回る、ボールをタッチしてその後、サイドステップなど、最近はじめたメニューも、参加選手はどんどん上手になっていっております。通常行っているボールトレーニングは、次のステージに挑戦するようしております。失敗してもいいからスピードを上げる、簡単に聞こえますが、各選手にとっては、挑戦です。ミスを恐れ、なかなか普段は取り組めない部分だと思えます。この部分を、少しずつ挑戦させていくことは、とっても大事な事だと思っております。たくさんの保護者さまにご参加頂いており、座る椅子がない方もおり、ご迷惑をおかけしております。そんな中でも、最後の挨拶時にあたたかい拍手を頂き、参加選手たちは、うれしいと思えます。「練習終わったぜ」ってとやりきった気持ちを、大切にしていきたいと思えます。寒い中、静かなご声援ありがとうございました。風邪を引かないようご注意ください。

『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えます。

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>

15時～16時