



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

2025/10/5(日)門前仲町

過ごしやすい気温になってきた中、チームトリハー(サッカー×療育)では、今日も楽しく体を動かすことに挑戦しました。まず、指導員と一緒に、準備運動を行っていきませんが、その取り組み方は、1つではなく、頑張って模倣する選手、そうではなく、ちょっとサボっている選手など、それぞれですが、笑顔いっぱいみんな取り組めていました。グラウンドを広く使って、皆で横一列になって歩いたり、止まったりする練習メニューがあります。その時のルールは、指導員より先に行かない、できれば指導員と同じ位置で止まるを行っております。最近では、先に行く選手は、数名の未就学の選手だけになっております。しっかりやることも大事ですが、ふざけることも大事です。やらされるより、自分からやるを育てていくように指導しております。チームトリハーでは、走ってよし、騒いでよし、大声出してよし、投げてよし、蹴ってよし、何でもOKです。



手でボールを持って、ほかの選手とのパス交換、だいぶスムーズになってきました。年上の選手は自分から、どんどんアプローチができるようになってきました。こういう練習が、なんか困った時に、自然と自分から誰かに声掛けをできるようになっていきます。楽しく続けていく環境をつくれれば、後は、あたたかく見守っててください。今はやらなくちゃだめ、ほかの人やっているよは、言わなくてOKです。いいです、自分のペースで、時間はかかるかもしれませんが、我々は、バディ(仲間)と一緒に、生徒さんの成長をお手伝いさせていただきます。最後には、参加選手全員で、静かにあたたかく応援してくださった保護者様へ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>

15時～16時