

# フットサル活動報告!!

# ろっくくん通信

本年度最初のフットサルの活動は 4/8 に行われました。

今回は、実習生がお世話になっているビジネス・コープ協同組合のタオさんにも参加して頂きました。さて、今年の活動は少しでもボールに触れる時間を増やそうと思い、1時間半ほどみっちり練習を行いました。体育館を軽く走った後準備運動を行い、その後は二人一組になりパスの練習。相手に向かってきちんとボールを蹴り、足の裏でパスを受ける。少し慣れてきたら、足の裏で受けたボールを内側に転がし、逆の足で相手に返す。フットサルの基本となる練習ですので、地味に疲れます。短いパスと長いパスを行った後、ドリブルの練習。やはりこちらも足の裏を使い、なるべく多いタッチ数でボールを運びます。最後は二手に分かれてドリブル競争も行いました。ひと通りの練習を行った後は、やっぱり試合!!

Vol:3  
4/10(月)



パス・ドリブル練習中



試合を見ていると、練習で行ったようにドリブルをする時にきちんと足の裏でボールを扱って運んでいる人もいたので、一人ニヤニヤしながらみていました。前回までの活動では練習を行っていませんでしたので、これからは練習の時間を取り入れて、ボールと友達になってもらいます!!その友達を蹴るスポーツではありますが..



試合は徐々に  
白熱していく!!



恒例の記念撮影、ビジネス・コープ協同組合タオさんと共にタオさんありがとうございました。



次回活動は  
6月を予定しています。