

まつやまキッズスポーツクラブ《つばさ》2018【6回目】

こんにちは！！

松山市スポーツ協会事務局です。

今回は9月15日に開催(かいさい)されました、第6回目の報告(ほうこく)です。

種目はサッカーとテニスです。

・サッカー

まず始めに、一人一つボールをもって手でドリブルをしたり、足の周りでボールを

1周回したりしてウォーミングアップをしました。

次に、リフティングなどの練習をしました。リフティングでボールを真上にあげ

て手でキャッチする練習をしましたが、ボールを上手くコントロールして、

キャッチをすることができる子が何人もいました！！



次にシュート練習をして、4コートに分かれて試合をしました。チームのみんなでパスをつないでシュートを決めたり、ゴールを守ったり、とても素晴らしい試合でした(*^^*)



・ テニス

まず始めに、ボールをバウンドさせてキャッチをしたり、ボールを二つ使って、お手玉みたいにボールを入れ替える(いれかえる)遊びをしました。

次にラケットを使って、転がって(ころがって)きたボールを追い(おい)かけて打つ練習をしました。練習をするにつれて、ボールを打つことができました。

最後には、ワンバウンドで打つ練習や、ノーバウンドで打つ練習をしました。

ボールの落下地点に早く入って打ち返すことができるようになりました(*^^*)



次回のキッズスポーツクラブ「つばさ」は10月13日(土)です。

秋になりましたね😊秋といえばスポーツの秋!!色々なスポーツにチャレンジをしてみてください🎵