

平成 29 年 10 月 4 日  
外部コーチ 岩澤 基

## 多摩西区大会へのアドバイス

今回も残念ながら、出張となり参加できませんので、書面でアドバイスします。

### <目的>

今大会は、都大会レベル。都大会への調整確認と上手い人の技を 1 つ以上盗むこと。

### <本部対応>

- ① 到着後、本部前で全員挨拶。
- ② キャプテン (C P) ・副キャプテン (副C P) は、本部先生へ「顧問・コーチが参加できませんので、連絡窓口は C P ・副C P が行います」と伝える。
- ③ C P ・副C P は、参加受付 (青陵中の参加申請) 、対戦オーダー表 (おそらく予選 3 チームリーグなら 2 枚) をもらう。
- ④ C P は、直ぐに対戦オーダー表 (2 試合分) を記入し、本部へ提出する。
- ⑤ 試合前の顧問打合に、C P ・副C P が参加し、運営注意を確認する。

### <待機対応>

- ① 禁止場所 (道路・野球場バックネット裏等) 避けて、直ぐに荷物場所を決める。
- ② 貴重品を貴重品袋に集め、保護者へ渡す。
- ③ 準備体操 (特にストレッチ) をしながら、風向きを確認する。
- ④ C P が、顧問打合の注意事項と試合コート・時間を説明する。
- ⑤ 他校 (特に日南) 先生・生徒には、挨拶をする。(日南優勝校に恥じないよう)  
\* 集団から離れる (トイレ等) 時は、C P ・副C P に申し出る。

### <試合対応>

- ① コート入りしたら、C P ・副C P は、相手先生・コーチに挨拶へ行き、「顧問・コーチが参加できません。補欠含め 7 名のベンチ入りをお願いします。」と伝える。  
\* ベンチ入りは、原則的に顧問・コーチ・レギラーしか入れない。
- ② C P は、対戦オーダー表を相手先生・コーチと交換する。
- ③ ベンチアドバイス (1 分以内) は、C P または副C P 以外は行わない。  
アドバイスは、ポジション修正・風向き確認・弱い相手の確認のみ。  
\* いろいろな人がアドバイスをしたり、技術的なことをいうと混乱するだけ。
- ④ カウントミス・サービス順番ミス・コートチェンジミス・負傷対応の時だけ、C P または副C P が、プレー前に、手を T 字にして主審へ大きな声でタイムを要請する。

### <オムニコートの注意と戦略>

- ① コート内に入る時は、靴底の泥をしっかり取る。(泥がイレギラー・滑りの原因)
- ② 砂がたくさん入っているところを確認する。(弾まない、順回転は滑ってくる)
- ③ スピリットステップで膝を前に出し、踵を少し上げ、低い姿勢で待機する。
- ④ ストローク・ボレーは、ガットを通してボールを見る。(顔とラケットを近づける)
- ⑤ 1<sup>st</sup> SVS は、強く打つより、コース習いの弾まない緩いボール。カット有効。
- ⑥ カットはカット返しが来る想定する。
- ⑦ 相手より先に、前後左右のスペースへボール入れ、返ってくるボールを前衛が狙う。  
\* 必ずペアとアイコンタクトしてから、味方ベンチを見る。(二人戦っている意識)