

指導方針について

外部指導を始めた経緯は、「多摩センターテニスクラブジュニアの概略」を参照ください。

昔の指導は、「見て覚えろ、盗め」でした。

私の高校入部時の1年生だけで60名、顧問先輩が一人一人を指導する時間はありません。

また、先輩は、レギラーポジションを取られたくないので、率先して指導しません。

では、私は、どう対応したのか？

上手い先輩のプレースタイルのマネだけではなく、部室当番時に、靴底の減る箇所、グリップの切れ箇所、ガットの太さ・張強さ・汚れ位置を自分と比べ、自分の言葉としました。私も上級生になると、自分の言葉は教えませんでしたし、教えられませんでした。

しかしながら、この経験が今の指導方針の源流となっています。

現在、多くの指導書・ビデオ等が出ていますが、専門用語（共通語）による解説となっているために、中学生では簡単に理解できないと感じます。

自分の感覚に直した言葉に置きかえられないと、その場で解ったつもりでも直ぐに忘れ、部活休みで逆戻り、次のステップにも上がれず、スランプも脱出できません。

スキー学校指導員を指導するある方から、専門的な言葉だけでなく、相手が理解できる言葉をたくさん使うことが肝だと教えられ、実際に使って指導しました。

ボーゲンの後方スキーの押し出し方は、「バターナイフで塗るように」。

ストックポジションは、「水に入ったタライを持ち上げるように」。

テニス指導も同じ要領で行っていますが、「バターナイフ」「タライ」のようなギャップ言葉もありますので、顧問先生にも体験してもらい、生徒へ翻訳してもらっています。

ソフトテニスは、自分以外のプレー環境条件・相手特徴・ペアコンディション等が大きく影響するスポーツのため、瞬時の客観的判断（バードウォッチ：空から見る）から確率の高い方法を選択せねばなりません。

さらに、事前のシミュレーション（脳トレ）が重要で、想定内プレーができれば、冷静なメンタルコントロールができ、勝ち負け抜きに楽しくプレーできます。

人数が少ない部活では、一人一人への指導は多くなりますが、自分の言葉で消化吸収していかないと、結局、何を選択すれば良いのか？ どう対処すれば良いのか？ 不安だらけで楽しくプレーできません。

一方通行の指導にならないように心掛け、笑顔と感動をもらえるように指導して行きます。