

「カルテについて」

誰でも継続して練習することで成長をしていきますが、周囲より成長スピードが速いジュニアの特徴は「記憶力」が良いことです。その能力を高めているのがテニスノートになります。記憶は薄れていく分、記録することで記憶に残りやすい環境が作れます。ユニークスタイルを始めた時、当時のアカデミー生たちにもテニスノートを持ち、書く習慣を身に付けることからスタートしました。

現在もテニスノートを活用するように指導しています。その中で、上手く活用している子は定期的にコーチに提出して、普段の練習内容やアドバイスだけでなく、「私は来年には全国大会に出場したいので、私にはもっと厳しく指導してください」「コーチから観て、自分には何が足りないと思いますか？」など、自分の希望やコーチへの質問を記入して提出してきます。交換日記のように活用することで、コーチと直接やり取りできる時間も増えることで、個人の課題を伝えることができたり、改善策を検討することもでき、コミュニケーションツールとして活用することで多くの情報を得ることができます。ただし、多くのジュニアが「ノートは持っているが記入する習慣がない」「ノートを記入しているがコーチに提出していない」状況になっていると思います。テニスノートを書くことは、強くなるためのアイテムです。今後、テニスノートを有効活用できるように指導していきたいと考えています。

そこで、テニスノートが最大限活用できるようになるために、今月より強化クラス以上の選手1人1人のカルテを作成していきます。自分の現状が把握できるように担当コーチからの課題をメッセージとして伝え、【練習時に意識を高める⇒その課題について自分の現状を記録する⇒コーチが確認する⇒新たな課題を伝える】この繰り返しが可能になります。

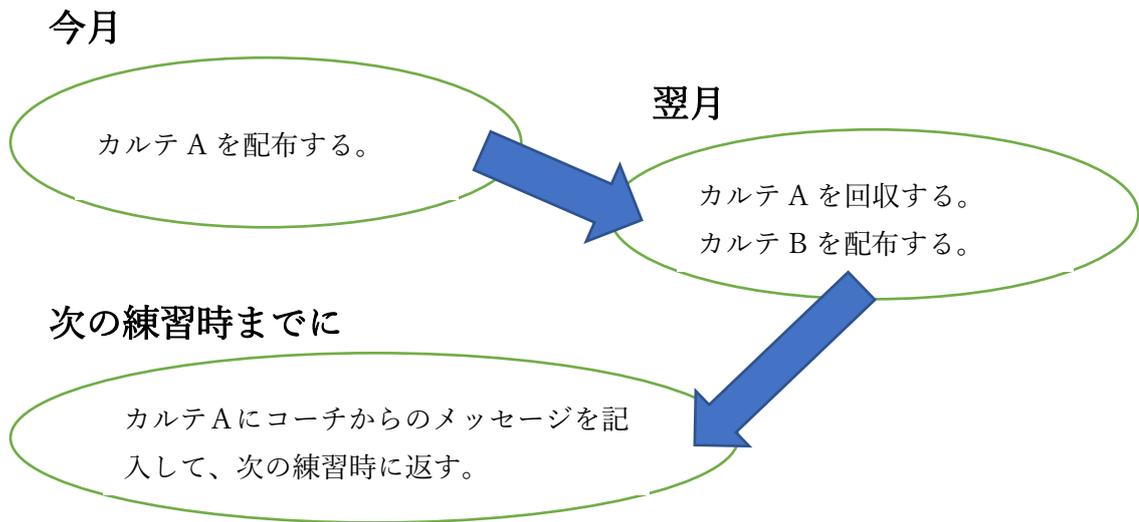
テニス選手として強くなるには、テニスコートでの練習以外にやることがたくさんあります。その一つがテニスノートだと考えています。その習慣を身に付けることの一環として「カルテ」を活用していくことを取組んでいきます。

また、カルテには保護者からの質問や希望について、個人面談の希望の有無を確認する欄もあります。個人面談希望者に後日連絡して、面談時間を調整させていただきます。

■カルテの活用法について

毎月、週毎にクラス単位で「カルテ」を配布していきます。その際、前月に配布した「カルテ」を回収して、その内容を確認&メッセージを記入して選手に戻します。

【カルテルーティン】



このルーティンでカルテを「選手・保護者・コーチ」で共有していきます。

■配布&回収時期について

配布については木曜日にコーチミーティングを行い、金曜日から配布していく予定です。

- 1 週目 アカデミー&チャレンジャー選抜
- 2 週目 チャレンジャー強化
- 3 週目 フリーコース受講者
- 4 週目 エントリー強化

※予定していた週間で配布（手渡し）できなかった場合

⇒ PDF 化してメールで送信

■回収するカルテについて

新しいカルテを配布する週の**火曜日まで**とさせていただきます。詳細はブログのカレンダーを確認してください。練習回数が少ない人もしくは火曜日以降の人は、提出期日に遅れないように事前に担当コーチに渡してください。直接担当コーチに渡せない場合は、他コーチにその旨を伝えて渡してください。また、カルテのチェックはいつでも受け付けているので、希望者は担当コーチに渡してください。