

## ■コーチたちの指導法の中で「わかりにくい」ことがあれば教えてください。：梅澤

- 教えてもらっていることは理解できると思いますが、他にどのようなやり方があるのか気づかないままのことがあり、もっと早く知っておけばと思うことがあります。

A.練習には全体が共通的な練習と個々の課題である練習があります。例えばサーブ練習ではサーブのグリップの握り方を全員が意識して行いますが、個々によっては筋力の部分であったり、姿勢の部分、力の出し方が上半身寄り、下半身寄り、バランスなど、個人の違いがあります。

コーチたちは、このような個人差を本人の練習の理解度や浸透具合などを観察し、今伝えるべきか否かを判断しております。情報量が多くなることで、選手が何に集中して取り組めばよいか分からない。またフォームが安定するまでに時間が掛かるといった問題が生じてきます。

コーチからの情報で分からないことがあったり、取り組んでいる内容に不安がございましたら、コーチに確認してみる、テニスノートに書いてコーチに渡す、可能であればプライベートレッスンを受講していただき、コーチと1対1の時間を作ってみるなど、上手くコーチを活用してみてください。

## ■お子さま、保護者の皆様がコーチに言いたくても言えないこと：梅澤

- 動きや打ち方など、お手本になるデモンストレーションをコーチにやっていただき、子供たちにイメージをつけさせてほしい。

A.基本練習に関しては、習得ポイントを伝えております。デモンストレーションが必要になってくる場合は、新しい技術への取り組み、戦術上のおいて技術と技術の繋がりを理解するなどがあります。またコーチが選手たちと一っしょにプレーをしたり、ヒッティングによるデモンストレーションもあります。

見ることで情報が取れ、自分に活かすことも大事ですが、選手が自身の体の動きをどこまで把握できているか？も大事です。取り組んでいる内容によっては、コーチが見せるのではなく、今何が起きているか？どうなっているのか？をコーチが選手に整理して説明してフィードバックを行い、自身で修正や改善が必要だと判断することもございます。

- クラスと学年、フリーコースであるかどうかの質問があるので、匿名といっても限定されそうですので書き辛いです。この部分は、それのみでアンケートがあると良いと思います。書きたい事はあります。

A.ご意見ありがとうございます。先にお伝えさせていただきますと、私たちはアンケートの声に対してどなたかを特定したいのではなく、ユニークに関わってくださるお客さん一人ひとりが私たちの活動にどう感じられているのか？が知りたいのが正直な気持ちです。ですが特定されるのではというご不安がある場合は、コーチに直接お話しいただく、または手紙でも構いませんので想っておられることを教えていただけると、とても有難いです。貴重なご意見に感謝いたします。

●全体的な指導の中から個々にあわせた指導をしてくださるコーチもいらっしゃるので、それは子供もわかりやすいようでありがたいです。

A.同じ練習に取り組んでいても、練習回数やトレーニングによる体力面の違い、試合の経験数の違いなどで、達成具合や上達状況が変わってくることもあります。

ですが、どのコーチも担当しております子どもとは目標について話し合い、何をいつまでに、どれくらいできるようになるのか？またできるようになるためには量を増やすのか？質を高めるのか？

それを1人ひとりにどう伝えればよいのか？今必要なことは？これから必要になってくるものは？など、子供の成長を常に考えて私たちコーチは指導に向き合っております。