

7月15日 スポ人 アドバイス付き大会レポート

暑い日が続く中、ジュニア選手たちは毎日頑張っていますね！

狭山市の「タムラ狭山スポーツセンター」様のテニスコートで私のアドバイス付き大会という企画を開催しました。

試合をコーチの目線で客観的に分析し、技術面、戦術面、また心理面にとアドバイスを差し上げていく、というものです。

初めての企画で、当初考えていたものがその通りにできたわけではない、というのがコーチの私からの反省点ではありましたが、結果としては見守るご父兄とも意見交換などができ、現時点で表れているその選手の特徴や、活かして育ててほしい部分や、性格的に（プレーに現れる傾向）どんなプレーを目指していくかなど、普段見ているコーチとはまた別の視点からお話しさせていただいたりすることができました。

一試合ひと試合を子細に見てそのデータをもとに、と最初は計画していましたが、時間的にそれを記録としてつけることができませんでした。

選手たちには、むしろ生かせるアドバイスとして勝った試合、負けた試合ということよりもゲーム中に調子づいたり、あるいは落ち込んだりというシーンがあった場合にどうするか、勝てる試合では油断なくプレーするために具体的にどこに気を付ければいいのか、負けているシーンではまず何ができるのかなどをその試合を振り返りながらアドバイスの内容を考えました。

選手たちとは良い話ができたとと思います。選手たちは私のアドバイスを次の試合で注意しながら実行するシーンもみられ、能力の高さを見せてくれました。

試合の反省をするときに、自分がどういったプレーを心掛けたか、ということがまずないと、反省そのものがうまくできません。

目標となるテーマは、試合に向かう際の戦略となります。ネットの向こうで対戦する相手に対して、自分のできるよいテニスとはどういうものか、イメージをもって望むことで「勝つ」というビジョンができます。

そして実際の試合中に相手の出方によって自分のショットを駆使していくのが戦術です。相手のショットが深い場合とか、高いボールや遅いボールを使ってくる場合など、気持ちよく打たせてくれないのが試合です。そういう中で強打一本ではミスが増えてしまうでしょうし、弱気では自分からポイントを考えていくことになりません。

結局、「いかに良いショットでポイントをとるか」という前に「いかに相手のショットを打ち返すべきか」をうまくこなせる人から強くなっていくのだと思います。

それができることが「自分のテニス」ができるようになる元だとも思います。

反響はよかったようで、現場でも最後まで濃いお話をできての解散となりました。規模を大きくするのは難しい面もあるかもしれませんが、今後も続けていきたい活動です。

なかなかすぐに改善されて強くなるというわけにはいかないと思いますが、活かせる能力をしっかりと理解して戦略を立てる癖をつけたり、よい反省をして次の試合に備えたりするのにはよい機会になると思います。

