

ジュニア テニススクール コンセプト

宣誓

私たちは子どもたちの未来を見据え、テニスの技術だけを教授するのではなく、
社会性や運動能力にも着目し、指導していきます。

コーチは、指導に役立つプロコーチの資格をはじめ必要な各種資格を取得し、
常に子どもたちの将来を第一に考えた指導体制の充実を心がけます。

そして、コーチである前に一人の大人として、
子どもたちから信頼を得られるように努めます。

私たちは、子どもたちの“がんばる心”を育てます



ジュニアイベントの開催について

子どもたちのスキルアップを目指したイベント、練習の成果を試せるイベントを随時開催。
子どもたちのテニスへの興味を高め、さらなるやる気をサポートします。

● ジュニアイベント例

ジュニア 練習会

コース別にテーマを
決めてレッスンし、
スキルアップを
目指します。

ゲーム 大会

コース別テニス大会を
学期ごとに開催。
レベルに合わせて簡略化
したルールで行います。

1DAY キャンプ

通常より長時間
レッスンを行うことで、
テニスへの興味を
より高めます。



保護者の方へのご報告について

お子さまのレッスンの様子や上達具合などを、学期ごとにコーチよりご報告します。

■ チャレンジシートでご報告

コーチから子どもたちへのメッセージと、
保護者の方へのご報告を記入した
「チャレンジシート」を学期ごとにお渡します。
また、チャレンジシートでは保護者の方から
のご意見やご希望を記入できる欄もご用意し、
保護者の皆さまとのコミュニケーションを
大切にしています。



■ レッスン参観日

子どもたちのレッスンの様子、日頃のテニスや運動能力向上への取り組みの成果を
ご覧いただけるイベントも開催しています。



ロングウッドが掲げる 3つの柱

1. テニスの向上

テニスは走打を基本とし、

空間把握 **状況把握** **持久力** など

あらゆる要素を兼ね備えたスポーツです。

レッスンでは、様々なメニューを通してスキル面と感覚面を学び、テニスの醍醐味であるラリーやゲームを楽しみます。ゲームのルール、駆け引き、戦術をマスターし、生涯スポーツとして『楽しむテニス』を目指します。

2. 身体能力の向上

身体能力の開発、神経系の発育、メンタリティに注目し、心技体すべてにおいて健全な体づくりを目指します。

身体能力の開発

運動においてベストなポテンシャルが発揮できるように目指します。

神経系の発育

ゴールデンエイジ世代に伸ばすことで、将来どのようなスポーツでも力が発揮できるように目指します。

メンタリティ

自分に自信が持てるようになり、強い心の育成を目指します。

3. 社会性の向上

あいさつ **礼儀** **感謝**

協調性 **自己抑制**

社会性の基礎となる5つの面を
レッスンで学びます。

さらに、「元気にあいさつができる」ことをテーマに、健やかに、正々堂々と向き合える心を育み、子どもたちの可能性を広げます。

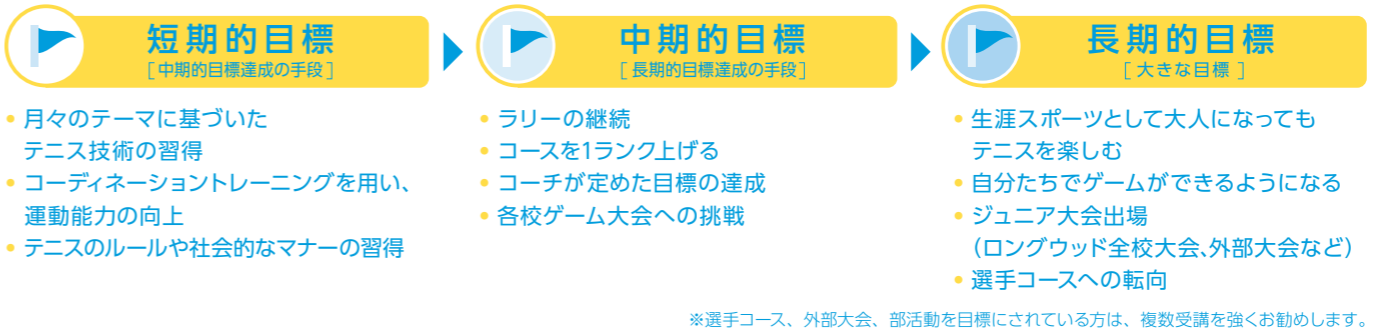
レッスンカリキュラム について



私たちは、子どもたちの“がんばる心”を育てます

「大きな目標に向かって、小さな目標のクリア」

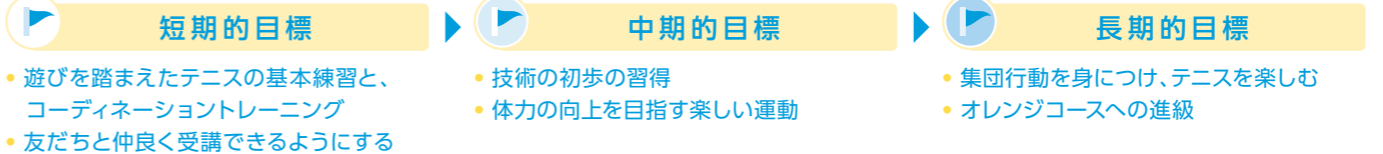
短期、中期、長期の目標を設定し、最終的に大きな目標が達成できるように進めます。



各コースの指標

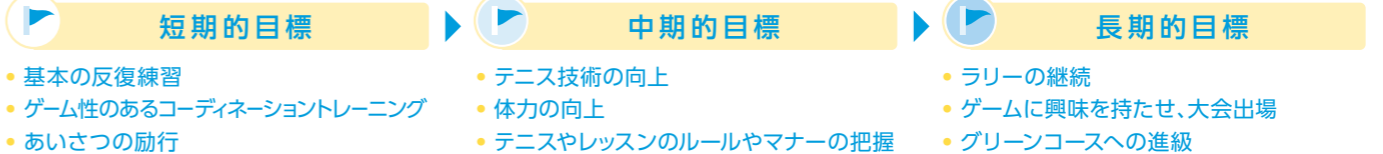
レッドコース

テニスの楽しさを伝え、運動を楽しみ感じられるようにします。



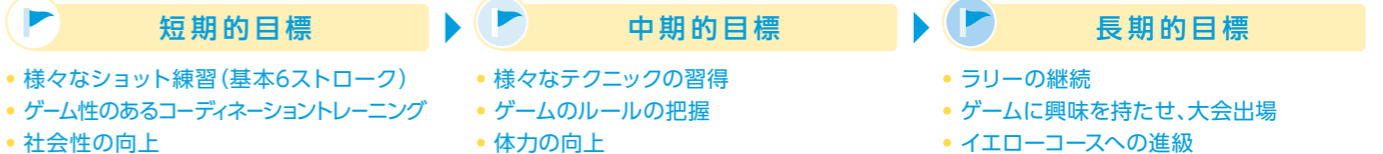
オレンジコース

様々な組み合わせた運動の中でテニスを楽しみ、ゲームに興味を持つようにします。



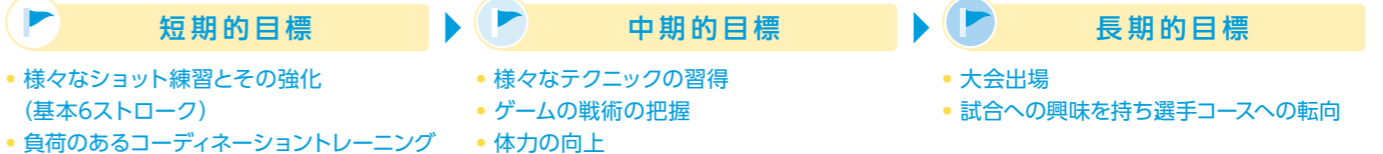
グリーンコース

テニスの技術と運動能力を伸ばし、ラリーやゲームを楽しみ感じられるようにします。



イエローコース

様々なショットができた楽しさ、試合やラリーで勝つ楽しさを伝えていきます。



レッスンの流れ

月ごとのテーマ

ストローク、ポレー、サーブ、ラリーの4つを1クールとし、年間3サイクルさせます。

● レッソンは、次のような流れです



月ごと週ごとにテーマを決め、起承転結のあるレッスンで子どもたちの集中力を維持させます。

週ごとのテーマ

例えば、テーマがストロークの場合
1週目：フォームの形成 ▶ 2週目：ネットをしない ▶ 3週目：ショットの強弱 ▶ 4週目：ラリーの継続
4週目に向けて、つながりのある内容のレッスンをします。

子どもたちが保護者の方に、「今日、こんな練習をしたよ!」と話せるようなレッスンにしています。

