

CONTENTS

「はじめに」 会 長 盛田 正明 2
「各本部・各事業が機能的に結びついてこそ」 専務理事 渡邊 康二 4
「最先端情報発信基地としての強化本部」 強化本部長 福井 烈 5

第1章 強化の基本理念と目標

1. 日本のスポーツ施策 6
2. 日本のテニスの目指すべきもの 8
3. 強化指導指針Ⅲ 10
4. 強化の具体的目標 12
5. 強化の具体策 14

第2章 リオへの道

1. 「G-Project」とは？ 30
2. 「G-Project」の具体的活動 32
3. 「G-Project」の背景 34

第3章 強化の現状と課題

1. ナショナルトレーニングセンターの完成 38
2. 一貫指導プログラムの構築と普及 44
3. 一貫指導システムを推進するための財源 52

資 料

スポーツ立国戦略概要 55
プロジェクト47 ふるさとトレセン 設置趣旨書 56
JTAナショナルコーチング・ワークショップ 57
JTAジュニア憲章 62
あとがき 63

はじめに



財団法人 日本テニス協会
会長

盛田 正昭

強化指導指針Ⅲが発行される事となった。JTAとして強化育成チームが総力を挙げて編集されるその内容を大いに期待をしている。

私自身テニスの指導は全く経験したことは無いが、数十年にわたって「マネジメント」という問題に対して真剣に取り組んできたので、そういった観点から「指導」という問題を取り上げてみたい。

私が長年取り組んできたマネジメントとは、よく「目標に対して如何に効率よく達成させるかの手法」であるように言われているが、私の考えは違う。「その事に携わる人達に如何にやる気を持たせるか」がマネジメントであり、その事によって「携わった人達の能力を更に開発し向上させる事」がその目的であると考えている。そしてその事を実現する手段として「思い切った目標を与える」のであり、それが上手く機能すれば不可能に近い目標も達成出来るし、自分のグループの実行能力はどんどん上がって行くのである。そういう観点から指導という問題を考えてみたい。

人には夫々何処かに大きな可能性を秘めた才能が有ると思うが、問題はその才能がどの方面に有るのか本人にも誰にも判らない事だ。一番多いのは父親の影響だ。父親の仕事を小さい子供の時から何となく眺めていて、いつか「自分もああなって見たい」と感じた事が発端になっているケースである。また、子供心に何かを見て強く感動し「自分もなりたい」と思うケースもある。

何れにせよ何かに感動を覚えることによって、今迄眠っていたDNAが目覚めて、その方面の良い指導者につくとその才能がどんどん発達し始めるが、指導者に魅力を感じないとすっかり興味を失ってしまう。学校での勉強の好き嫌いも先生への魅力で決まる事が多い。折角目覚めかけたDNAが指導者によって又眠ってしまうのだ。

そして最初は皆大きな目標と希望を抱いて立ち向かって行くが、やがて目標実現の困難さに何度も直面している中に、次第に当初持っていた大きな目標から、より現実味を帯びた低い目標に変わって行くケースを良く見かける。これではいけない。

指導者として二つの事を考える必要が有るように思う。一つは、今目標としている事(例えばテニス)が本当にその選手が持っている可能性と合致した目標であるかどうかだ。若し選手の持っている可能性と違った目標に向かっていたとしたら、早く新たな目標に転向してチャレンジさせる事も指導者としての重要な役目だと思う。よく指導者が選手達に大変親切であるが為に、選手の進歩が停滞してしまっても何時までも、その目標に向かって努力させようとする事が有るようにも思う。アメリカなどの指導を見ていると、寧ろ厳しすぎる程冷酷にその事を選手に自覚させようとしている。冷酷に見えても或いはその方が選手の将来の為にはより親切であるのかも知れない。

もう一つは、指導者と選手との相性が上手く合わなくて伸びが止まってしまう場合だ。これは指導者として一番に辛い処であるが選手の為にはその事も真剣に考えなければならない。指導者が変われば或いはもっと選手の才能が伸びるのかも知れないからだ。

この問題に関連して考えるべき事が有る。それは、素晴らしい可能性を持った選手がいたとしても、その選手

の能力は指導者の持つノウハウ以上のレベルにまで開発出来るのだろうかという問題である。

指導者の立場で考えたら、何とかして自分の手で素晴らしい天才を育てたいと思うのは当たり前であるが、併し自分の手だけで本当にその選手の可能性を100%引き出す事が出来るのか、冷静に考える事も必要であると思う。この事を指導者自身が考えて自らその選手の進歩により適した指導者に受け渡す事が出来ればその指導者こそ最高の指導者だと思う。

併し実際には中々そこまで決心がつかないというのが指導者としての心理状態ではないだろうか。こういう時に、指導者と選手とのもう一つ上の立場に立って、冷静に指導者の能力と選手の進歩を客観的に判断して、どうすべきかを決断し采配出来るマネージャーがいる事がとても大事なように思うのである。中には選手自身から指導者を変えて欲しいという事もあるだろう、併しこれはなかなか難しい問題で、単に選手が指導者に嫌気を感じたからであるケースも有るからだ。極く極くまれなケースだが、極めて優秀な選手が自分を第三者として客観的に眺める事が出来て、今の指導者に限界を感じて選手の方から指導者を変えるケースもあるが、これは中々普通出来ることではない。

選手の指導というと、選手と指導者の間の問題だけが議論される事が多い様に思うが、実は素晴らしい選手の育成が成功するも失敗するも、その上に優れたマネージャーが居るかどうか、そのマネージャーの采配の能力に掛かっているケースが結構多いのではないかと思う。これは私がビジネスのマネジメントから得た経験則である。

我々は2016年のオリンピックで金メダルを獲得しようというG-Projectをスタートしたが、この大目標の達成の為に、以上述べた事を勘案して選手の可能性をフルに発揮させる体制の確立こそ最も重要ではないかと思うのである。

各本部・各事業が機能的に結びついてこそ



財団法人 日本テニス協会
専務理事

渡邊 康二

2006年度まで8本部で運営されてきた組織を2007年度から4本部に集約し、「各本部間における協議の充実」を期待しました。それから4年が経過しましたが、残念ながら初期の期待値には至っていないというのが率直な印象であります。

「協会は会社ではない。皆が集まって毎日顔を合わせている訳ではないから、それはなかなか難しい。」という理由もあれば、「今の時代にはパソコンという武器がある。一度に何人もの人に一挙に連絡が取れ、メール会議という方法も常識的になってきているのに、できないのはその意志がないからだ。」という苦言も一方では存在しております。さらに言うなれば、各本部内の委員会同士の協議・連絡もままならない現状も指摘されるでしょう。

「JTAは(と、JTA委員の方が言われますが)、将来に向けての具体的方針を示すべきだ。でなければ他本部と協議するにも方向性が定まらない。」という意見もあります。

そこで、2009年12月、常務理事会は、2010年度予算の編成に当たって、単年度の活動計画に加え、各年度の決算によって左右されない今後の核となる次の中・長期目標を同時に策定しました。

- ◆オリンピック 2012年ロンドンオリンピックでメダル到達、2016年リオデジャネイロオリンピックで金
- ◆プロゴルフ界と競い合える賞金トーナメントへの移行
- ◆テニス人口1000万人確保に向けて現状の把握
- ◆各種登録制度の確立
- ◆公益財団法人化と機能的組織の確立

さらに加えて、総務・財務本部、強化本部、普及・指導本部、トーナメント本部の各本部には、実施に向けて予想される問題点と対策を列挙し、各本部間での協議対象とすべき事業を示唆しております。まだ確たる手応えは感じてはおりませんが、2010年中には、上記目標に関連して次の具体的進捗を見るに至っております。

- ▶公益財団法人への移行を決議、それに伴う組織改正と財務体制の改正
- ▶2016年リオデジャネイロオリンピック 女子ダブルスで金メダル獲得という目標を設定
- ▶その具体策として「G-Project」発足

折りしも、日本国政府は、2011年度予算に「元気な日本スポーツ立国プロジェクト」特別枠を設定しようとしております。日本のスポーツ界に気運が高まる中、JTAでは5年ぶりに強化指導指針のⅢが発刊される事になり、これまで以上に真剣に取り組まなければなりません。

強化本部と普及・指導本部との連携がこれを機により一層強く結ばれることを期待し、また一貫指導体制確立に伴うジュニア大会のあり方や強化を目的としたトーナメント設定など、トーナメント本部の改革、また総務・財務本部の選考による、年間を通じて最も日本国旗のために貢献した選手や指導者、それに大会役員の表彰制度確立など、すべての本部が連携してモチベーションの高揚を図り、「ポジティブ・スパイラル」の構築に向かっていただきたいと期待するものです。

最先端情報発信基地としての強化本部



財団法人 日本テニス協会
強化本部長

福井 烈

その競技が発展普及する最大の起爆剤は、スーパースターの出現であることはいうまでもありません。しかし、今まではそれが偶然の産物であったという状況であり、この情報で満ち溢れる現代において、立ち遅れていると言わざるを得ませんでした。

そこで、スポーツ立国といわれる国のシステムや、その分野で先を行く競技をお手本に、強化指導指針Ⅰが2002年に作成され、今回は強化指導指針Ⅲということになります。この間、スーパースターの誕生が必然になるための確固たる方法が構築されたかという点、残念ながらまだまだやるべき事は多いというのが現状です。しかし、指針を示すことによって、見えてきたこともあり、最初の出發時に比べ、組織やシステムがスリム化され、強化においても少しずつ前進しているというのが正直な所です。

強化というのは、長いスパンで臨む分野でもあり、早急な結果を求めることが難しいところではありますが、ここにきて「G-Project」という明確な目標設定がなされたことで、その実現に向けて邁進するしかない状況となりました。

では、強化本部というのは何を成すべきところなのかということ、共通意識として確認する必要があります。

ナショナルチームの成績向上は最優先課題ではありますが、選手の直接指導を全て担う事は物理的に不可能であり、選手それぞれの拠点や、環境等を尊重し、それを踏まえた上での最善の方法を提供するという情報発信基地としての役割が一番適切なのではないかと考えます。そのためにも、発信する情報は、的確で、最先端である必要があります。

そこで強化本部が重要視するところは、強化方針の信頼性を向上するために、様々な分野との情報交換であり、分析であり、勉強であると考えます。「強化本部の言うことを聞いておけば間違いない」と信頼されるような情報を、常に発信できるように、メンバー全員がアンテナを張っておく必要があります。相互のコミュニケーション、相互理解も大切で、一番に選手のことを考え、選手の成績向上の方法を的確に指示できるような準備を常にしておく必要があります。情報社会の仕組みを利用し、共通意識の浸透にも努めたいと思います。

またそれらと共に、選手の人間性向上や、ワンコイン制度、クラブJTAへの理解、協力要請も強化本部としての大切な役目であると考えます。

様々な人の理解、協力で選手が育つという信念の下、スーパースターの誕生が必然となるように、信頼ある情報発信をしていきたいと思っております。

第1章

強化の基本理念と目標

第1章

1

日本の スポーツ施策

1) スポーツ振興基本計画

我が国では、スポーツ振興法(1961年)の規定に基づき、2000年にスポーツ振興基本計画が策定された。その後、2006年に下記の通り計画が見直され、現在多くの施策が実施されている。

- ① スポーツの振興を通じた子どもの体力の向上方策
- ② 地域におけるスポーツ環境の整備充実方策
- ③ 我が国の国際競技力の総合的な向上方策

2) スポーツ立国戦略

2010年8月、文部科学省はスポーツ政策の基本的方向性を示す「スポーツ立国戦略」を打ち出した。この「スポーツ立国戦略」が目指すものは、新たなスポーツ文化の確立であり、すべての人々のスポーツ機会を確保し、安全・公正にスポーツを行うことができる環境を整備すること、また、トップスポーツと地域スポーツの好循環を創出するとともに新しい公共の形成等による社会全体でスポーツを支える基盤を整備することを基本的な考え方としている。

そして、今後約10年間で取り組むべき5つの重点戦略を掲げ、その具体的施策を総合的かつ積極的に推進し、我が国の一層のスポーツ振興に取り組むことにより、スポーツ立国



の実現を目指している。今回、日本テニス協会が新たに強化指導指針Ⅲを策定することは、我が国の「スポーツ立国戦略」にも合致しており、日本テニス協会として「新たなスポーツ文化の確立」を目指すこととなる。

「スポーツ立国戦略」 5つの重点戦略

- ① ライフステージに応じたスポーツ機会の創造
- ② 世界で競い合うトップアスリートの育成・強化
- ③ スポーツ界の連携・協働による「好循環」の創出
- ④ スポーツ界における透明性や公平・公正性の向上
- ⑤ 社会全体でスポーツを支える基盤の整備



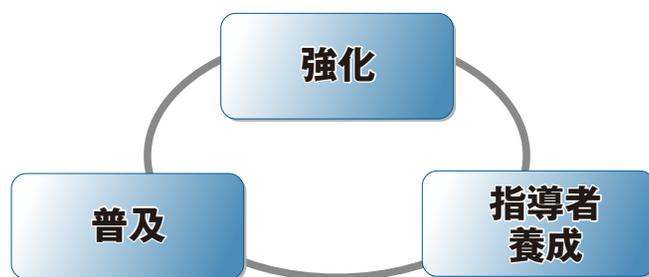
第1章 -2

日本のテニスの 目指すべきもの

日本テニス協会は、強化・普及・指導者養成が三位一体となることの重要性を踏まえ、「テニスの普及と強化の推進」を最重要課題として具体的な4つのねらいを示す。

- ①世界のトップで活躍する選手を多く輩出する。
- ②我が国のテニス人口を1000万人にする。
- ③より一層の健康増進・体力増強を図る。
- ④テニスを通じ、人々が支え合い、活気ある社会の実現を目指す。

三位一体:テニスの強化・普及・指導者養成



JTA最重要課題「テニスの普及と強化の推進」

- ねらい
- ①世界のトップで活躍する選手を多く輩出する！
 - ②我が国のテニス人口を1000万人に！
 - ③より一層の健康増進・体力増強を図る！
 - ④テニスを通じ、人々が支え合い、活力ある社会へ！

強化の基本目標

- 高い競技力を持った選手の養成
- 人間的にも資質の高い人材の養成

実行力のある
強化指導指針Ⅲ



1)世界のトップで活躍する選手を多く輩出する！

世界のトップクラスで活躍する選手を恒常的に数多く輩出するために、都道府県(ブロック)テニス協会が主体性を持ち、全ての活動を推進していく。その具体的内容は、一貫指導体制の推進、タレント発掘・育成・強化事業の推進、トレセン活動の充実、トーナメント環境の整備、優秀な指導者の養成、トレーニング・練習環境の整備など、強化に関わる全ての活動であり、日本テニス協会と密接な連携を継続的に図っていく。また、学校体育、社会体育(地域スポーツ、総合型地域スポーツクラブ)、商業施設(民間クラブ)などとも連携を探り、協力関係を構築していく。

2)我が国のテニス人口を1000万人に！

世界のトップ選手を育成するためには、テニス人口の増加が大きな支えとなる。それは、単にテニスの気運を社会的に高めるだけでなく、タレント発掘の可能性を高めることに繋がる。『レジャー白書2010』(公益財団法人日本生産性本部)によると、我が国における1990年代のテニス人口は1000万人をはるかに超えていたのに対し、2009年には800万人を下回った。そこで、テニス人口の新たな発掘とともに、「リバイバル需要」といわれるかつてのテニス参加経験者を呼び覚ますことにも着目し、日本テニス協会のテニス人口1000万人を目指した積極的な取り組みを示す。

例えば、ITF推奨の「Play & Stay」の考え方を導入し、日本のオリジナルへと発展させながら、初心者がプレーを楽しめ、ゲームを早期からできる環境を作る。また、子どものコーディネーション能力(調整力)を高めるために、テニスラケット(道具)を用い、ボールを打つといった基本動作の習得の必要性を訴え、小学校などの学校教育現場にテニスを導入することや、教育効果が望まれるキッズテニスを推進していく。一方、高齢化社会も見据え、生涯スポーツとして重要な価値をアピールしていく。そして、トップ選手の協力体制を整えることで、全国的な広報活動を展開し、9月23日の「テニスの日」など様々なイベントで魅力あるテニスをアピールしていく。

3)より一層の健康増進・体力増強を図る！

文部科学省の「平成21年度体力・運動能力調査結果報告書」によると、新体力テスト施行後(平成10年～21年度)における青少年(6歳～19歳)の体力・運動能力の推移は、横ばいまたは向上傾向にあるが、その推移を長期的(昭和60年～平成21年度)にみると、体力水準が高かった昭和60年頃よりも依然低い水準になっていることが指摘されている。このように、依然続いている子どもの体力低下を防ぎ、向上を図るため、テニスを最大限に利用したプログラムを提供していく。

また、テニスは健康づくりに有用で、中高年者の体力づくりや仲間づくりなどにも貢献できることから、社会教育の場にも積極的に参画するとともに、生涯スポーツ種目の一つとして広くアピールしていく。

4)テニスを通じ、人々が支え合い、活力ある社会へ！

日本テニス協会は、都道府県(ブロック)テニス協会と共に、テニスの普及と強化に関する多くの取り組みを通じて、人々が支え合い、明るく豊かで、活力ある社会の実現に貢献できるよう努めていく。



第1章 - 3

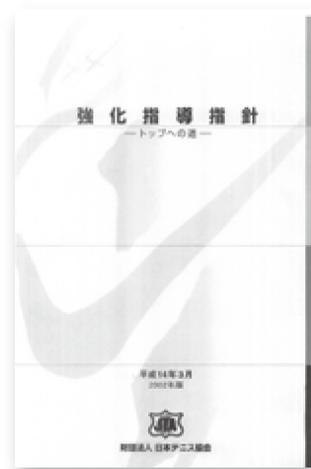
強化指導指針Ⅲ

日本テニス協会は、2002年に強化指導指針Ⅰを、また2005年に強化指導指針Ⅱを発表し、これらを軸に強化活動を継続してきた。強化指導指針Ⅱが発表されてから5年が経過した現在、強化指導指針Ⅲを新たに示すことによって、強化の方向性をより具現化する。これまでに、ジュニア選手をも含めた戦略的な育成・強化として、下記に示した3つの課題を重点的に推し進めてきたところ、一つのシステムとして機能する強化基盤の整備が重要課題となっている。

- ①一貫指導システムの確立
- ②トレーニングセンターシステムの構築
- ③優秀な指導者の養成

そこで強化指導指針Ⅲは、強化の基本理念と目標に基づき、強化・普及・指導者養成が三位一体となることの重要性を強調すると共に、あらゆる方策を日本テニス協会の全てのシステムに反映させ、強化基盤を整備していく具体策を示すものである。





強化指導指針 I

2002年

強化指導指針 II

2005年



強化指導指針 III

2010年

スポーツ振興基本計画(2000年9月)

- ①生涯スポーツ社会の実現に向けた、地域におけるスポーツ環境の設備充実
- ②我が国の国際競技力の総合的な向上方策
- ③生涯スポーツ及び競技スポーツと学校体育・スポーツとの連携の推進

スポーツ振興基本計画(2005年9月改定)

- ①スポーツ振興を通じた子供の体力の向上方策
- ②地域におけるスポーツ環境の整備充実方策
- ③我が国の国際競技力の総合的な向上方策

「スポーツ立国戦略」を確立(2010年8月)



第1章 -4

強化の具体的目標

世界のトップ選手を育成するために、日本テニス協会は「高い競技力を持つ競技者の育成」と「人間的にも資質の高い人材の養成」という基本理念を掲げている。これらの基本理念は、2002年に出された強化指導指針Ⅰから終始一貫しており、今も変わらない。これらの基本理念に基づき、具体的目標を次に示す。

まず、目標年次を短期(2012年)、中期(2016年)、長期(2020年以降)として定める。短期目標として、2012年ロンドンオリンピックでメダル獲得、中期目標として、2016年リオデジャネイロオリンピックで金メダル獲得を目指す。また長期的目標として、オリンピックで金メダル獲得を含め、デ杯・フェド杯優勝、グランドスラム大会優勝を目指すものとする。そして『チームジャパン』構想により、ナショナルチームとの一体感を醸成しながら、都道府県からトップステージまでの共通理念と、それぞれのステージでの「チーム意識」を育てていく。



強化の具体的目標

短期目標
(2012年)

ロンドンオリンピックでメダル獲得

中期目標
(2016年)

リオデジャネイロオリンピックで金メダル獲得

長期目標
(2020年以降)

デ杯・フェド杯優勝、グランドスラム大会優勝

「チームジャパン」構想より、ナショナルチームとの一体感を醸成しながら、都道府県からトップステージまでの共通理念と、それぞれのステージでの「チーム意識」を育てていく。



第1章 -5

強化の具体策

「ブロック(都道府県)・エリアから世界へ！ 見つけ、育て、活かす(強くする)！」
「都道府県を活性化する！」

この概念を合い言葉に、世界で活躍する選手を多く輩出していかなければならない。そこで、ブロック(都道府県)・エリア(地域)の活動を中心に、選手を発掘・育成し、強化するとともに、トップ選手に対してナショナルチームを形成し、世界基準で戦っていくことがその道筋である。

最終的な目標が、世界でのトップレベルであり、その世界のトップを極めるためにも、ナショナルとブロックそしてエリアが同じ方向を向いていることが最も重要である。そして、強化の具体的目標を達成するためにも、次の3つの課題を重点的に進めていく必要があることから、その方向性と具体性について次に示す。

- 1) 一貫指導システムの確立
- 2) トレーニングセンターシステムの構築と始動
- 3) 優秀な指導者の養成

強化の具体策

ブロック(都道府県)・エリアから世界へ！
見つけ、育て、活かす(強くする)！
都道府県を活性化する

1. 一貫指導システムの確立
2. トレーニングセンターシステムの構築と始動
3. 優秀な指導者の養成

3つの柱が一つのシステムとして機能していくことが必要



1)一貫指導システムの確立

日本テニス協会における強化の取り組みは、短・中期的なものから長期的なものへとその内容を発展させる時期に来ている。特に、一貫指導システム(優れた資質を有する競技者が、指導者や活動拠点にかかわらず一貫した指導理念に基づく個人の特性や発達段階に応じた最適な指導を受けることを通じトップレベルの競技者へと育成されるシステム)の確立は急務である(コラム参照)。

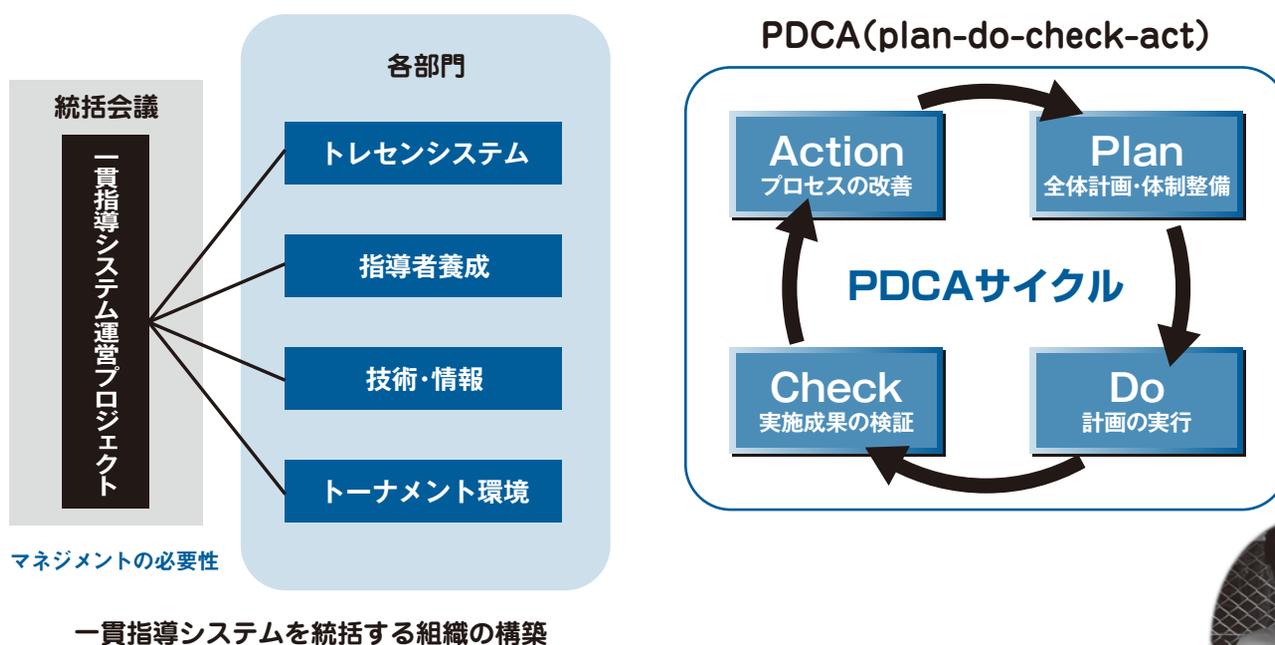
日本テニス協会では、一貫指導システムを「テニスに初めて出会うジュニア期からトップレベルに至るすべての過程で、発育発達に応じた適切なトレーニングを行うことによって、選手の可能性を最大限に引き出し、最終的に世界レベルで戦える選手に育成・強化していく」体制ととらえ、その確立に向けた具体的内容について示す。

①一貫指導システムの各要素とマネジメントの必要性

一貫指導を効果的に実施するために、指導者やサポートスタッフなどの人的資源、競技施設・用具などの物的資源、指導プログラムなどの知的・文化的資源、経済的バックアップのための財政的資源などの各要素が機能する必要があるが、そのためには、それらを有機的に連携させて運営していくマネジメント機能を一体的に組み合わせ、育成・強化を実行していく仕組みを再構築する必要がある。

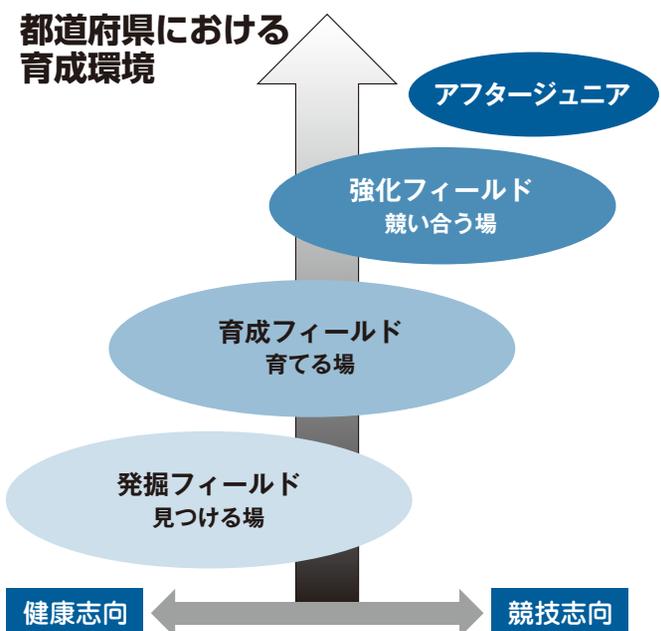
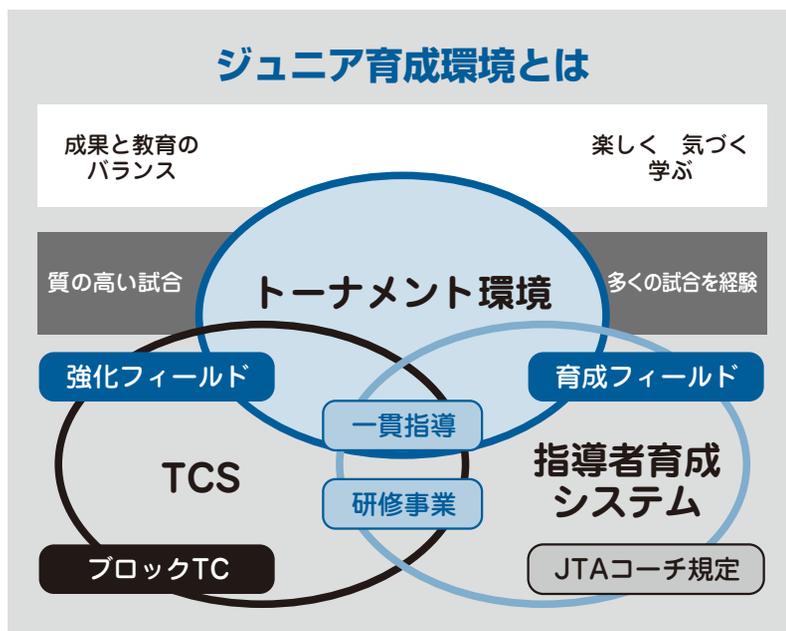
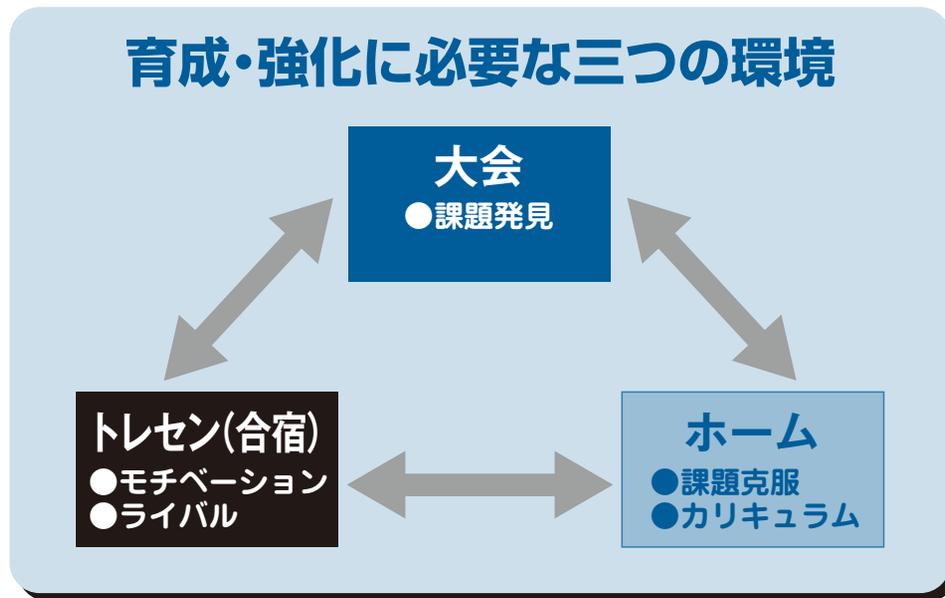
特に、これまでの取り組みに加え、マネジメントを行うマネジメントチームの創設が必要であり、今後整備が進められる47ブロックトレセン全体を管理する部門や指導者養成に関する部門、あるいは技術や最新情報を扱う部門、トーナメント環境を整備する部門など、一貫指導に関わる全システムを一元管理する機能として重要な役割を担う。

そして、このシステムをPDCAサイクル(計画を立て(plan)、実行し(do)、その結果を評価(check)し、改善する(act)という一連のプロセス)により、循環反復型の活動を有効に機能させ、段階的に目標へ到達するよう短期サイクルと長期サイクルを組み合わせる計画的に運用していく。



②ジュニア選手における育成環境の整備

ジュニア選手の育成・強化のためには、ホーム・大会・トレセン(合宿)の3つの環境を整えることが重要である。2010年には、ジュニアデビスカップ(16歳以下)で男子チームが見事に優勝した。(コラム参照)また、ワールドジュニア(14歳以下)でもここ数年男女とも好成績を残している。このことは、3つの環境が十分機能した結果といえる。そこで、この環境をブロックのレベルまでおろし、環境整備を進めていく。



第1章

コラム

我が国のジュニア選手の活躍!

最近2年間、我が国のジュニア選手は男女ともに目覚ましい活躍を示している。この勢いを絶やすことがないよう、彼らを世界のトップへ導くための方策が今後重要なカギとなる。日本テニス協会は、こうしたジュニア選手に対する一貫した強化指導を、将来を見据えた目標に向かって計画的に実行していかなければならない。

～NEWS～

2011年1月、最初の4大会である全豪オープンがオーストラリアのメルボルンで開催され、ジュニア女子ダブルスで、穂積絵莉選手と加藤未唯選手が見事、準優勝を果たした。最近の2人の成長は著しく、今後の活躍を期待したい。

<ワールドジュニア(14歳以下)>

2009年8月、チェコのプロステヨフで行われたワールドジュニアにおいて、櫻井準人監督率いるU14男子代表チーム(西岡良仁選手、斉藤貴史選手、沼尻啓介選手)と井本善友監督率いるU14女子代表チーム(小和瀬望帆選手、足立真美選手、奥野彩加選手)が、共に3位となった。

<ウィンブルドンジュニア選手権>

2010年7月、石津幸恵選手(当時17歳)がウィンブルドンジュニア選手権の女子シングルスで決勝に進み、見事、準優勝した。その結果、ジュニア世界ランクは10位から5位に躍進した。

<ジュニアデビスカップ(16歳以下)>

2010年9月、メキシコで開催されたジュニアデビスカップで、男子チームが見事、優勝した。メンバーは、岩本功監督が率いる3名(内田海智選手、河内一真選手、守谷総一郎選手)であった。

<世界スーパージュニアテニス選手権大会>

2010年10月、世界スーパージュニアテニス選手権大会で、内山靖崇選手(18歳)が男子のシングルスとダブルスともに優勝した。また、2010年11月、全日本テニス選手権においてもシングルスでベスト16、鈴木貴男選手とのダブルスではベスト4と活躍した。

一方、女子の小和瀬望帆選手(15歳)はシングルスで準優勝、穂積絵莉選手(16歳)と加藤未唯選手(15歳)のダブルスは優勝と輝かしい歴史を築いた。



③技術・情報部門の強化

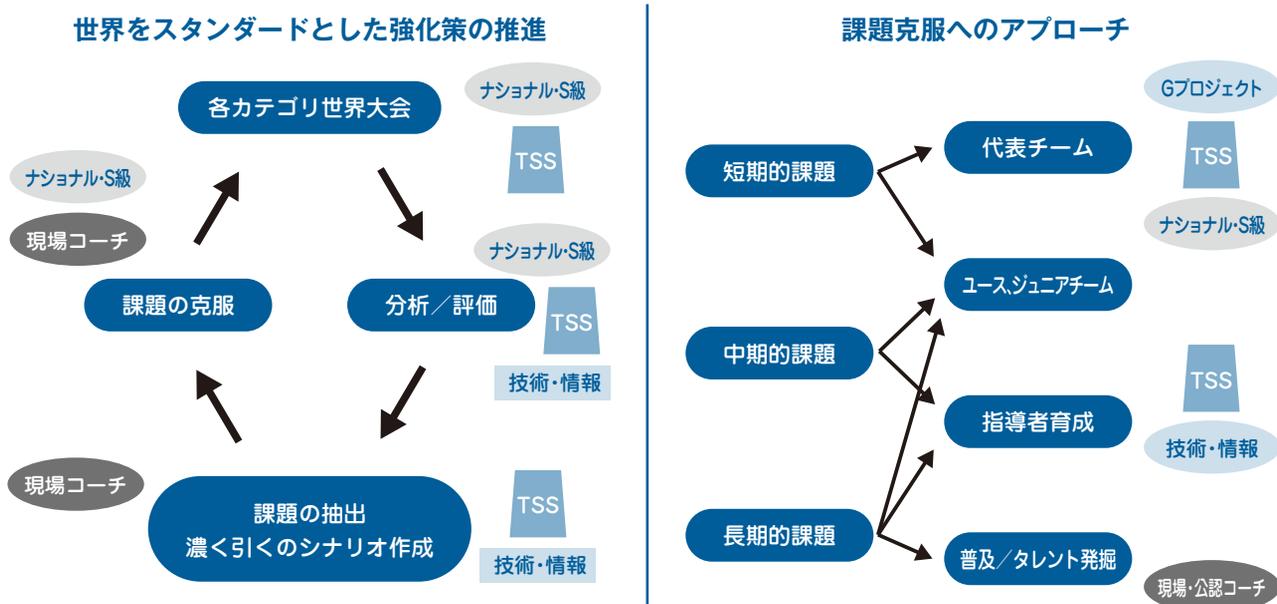
「技術・指導法などの世界の流れはどうなっているのか?」「ITF(国際テニス連盟)のコーチングに関する情報は?」「日本の指導の基本的なコンセプトは?」「指導者養成講習会の指導内容については?」「トレセンなどにおけるコーチングに関する情報は、そして発信については?」「タレント発掘などに関する情報については?」など、強化を考えるにあたり、様々な分野の精査が求められる。そこで一貫指導システム運営プロジェクト内に『技術・情報部門』を置き、その役割を担うようにしていく。

この部門は、強化本部ナショナルチームをはじめ複数の関連部門から組織され、世界基準の技術や情報をブロック(エリア)へ落としこんでいく研究部門の性格を持つものであり、常により良い指導方法の確立を目指していくものである。

<世界をスタンダードとした強化策の推進(世界基準での強化を考える)>

この技術・情報部門は、PDCAサイクルを活用し、ナショナルチームの国際大会における戦いを分析・評価することにより、長・中・短期的な課題を抽出する。また、その課題を関連部門で連携し克服のプランを作成し、実践する。さらに、その結果について国際大会を通じて検証し、新たな課題を抽出するとともに克服のプランを再度改善していく。同時に世界基準でのトレーニング環境の整備をすることも重要となる。これは、選手は勿論のこと、指導者、トーナメントなどの充実も大切な要因となる。

一貫指導が機能していくためのサイクル



※TSS(テクニカルサイエンスサポート)については第3章を参照のこと



④ トーナメント環境の整備

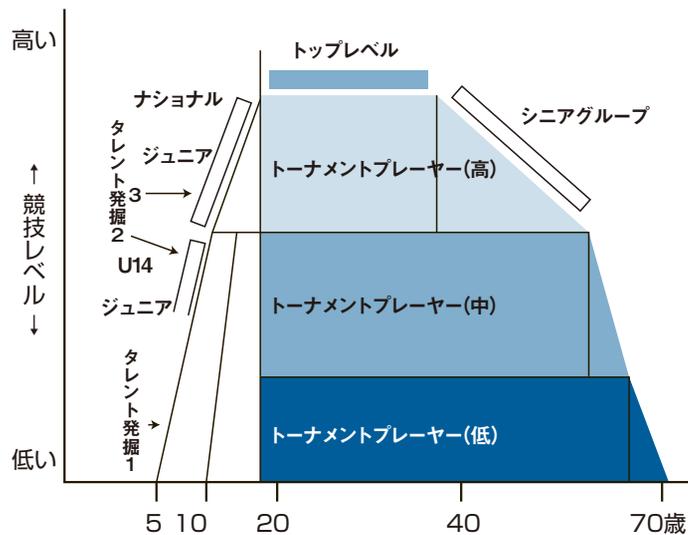
選手の発達過程を重視した一貫性あるトーナメント環境とするために、大会グレードを設定し、個々の大会がどのフィールド(都道府県における育成環境の図を参照)の大会に位置するのか、あるいは選手がどの大会グレードで主に参加するのか理解しやすくする。そして、個々の大会の歴史と特性を生かしながら、選手の発達レベルに望ましいグレードの大会がバランスよく開催されるよう働きかける。

また、ランキングシステムを構築し、選手が自らの能力に応じたレベルでプレーできるようにするとともに、各選手に適した試合数を確保できるようにする。

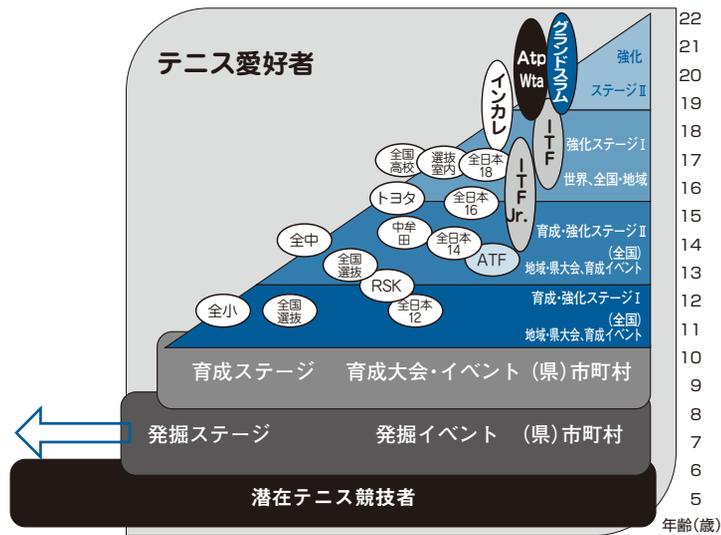
さらに、年齢やレベルに応じたピリオダイゼーション(周期性)の概念を基にシーズン制の導入を検討していく。例えば、低年齢層や初級者レベルの選手に対しては短時間で終わる楽しい試合が数多くできる大会を、一方、競技レベルの高い層には、3セットマッチを数多くでき、負けたら終わりではないタフなトーナメント環境を整備する。

トーナメント環境の設備

テニス選手の発展レベル



トーナメントとプレーヤー発達の道筋



トーナメント環境の整備(低年齢層)

楽しく、気付けさせ、学ぶ環境を創る

トーナメント
育成大会の設置
→ リーグ戦の提唱
→ 底辺の拡大と教育を重視
多くの試合を経験

現場づくり
複数の段階的フィールドを用意
テニスの底辺をしっかりと広げ、強化フィールドにつなげる

トーナメント環境の整備(競技者レベル)

成果と教育のバランス

トーナメント
質の高い試合
●テニスは3セットマッチ
●地域オープン大会新設
●都道府県予選の充実

仕組み
強化システム
ナショナルジュニアランキング
ジュニア大会規程



⑤ 発育発達に応じたトレーニングプログラムの作成

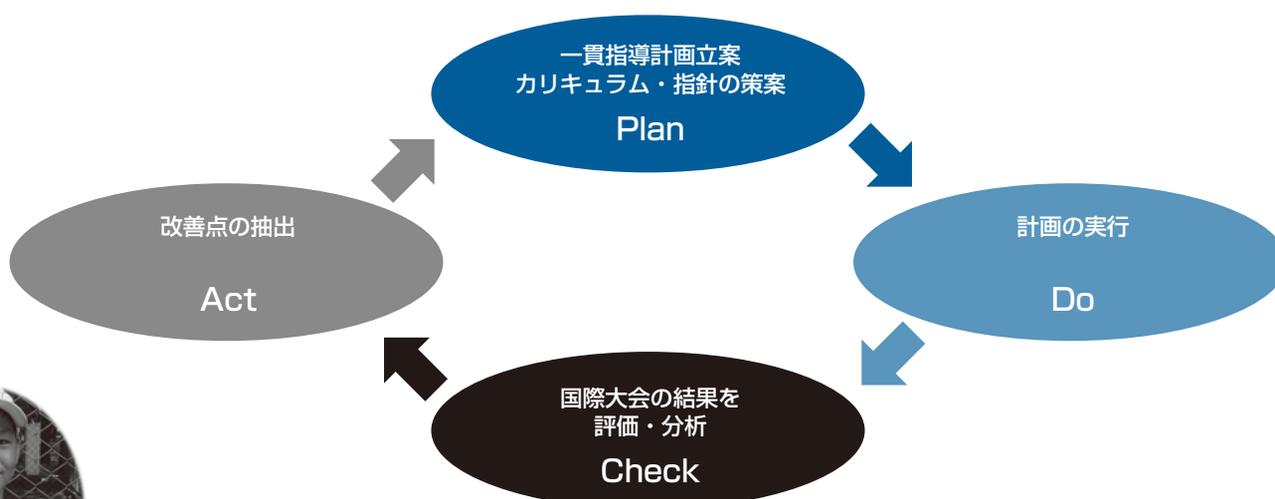
強化指導指針 I でも述べられているように、長期一貫指導システムを考える上で、発育発達に応じたトレーニングのあり方が重要である。すでに年齢別指導の全体像は示しているが、さらに具体的な年齢別指導指針及びプログラムの作成が必要である。

具体的には、普及・育成・強化を一つの発達のラインに乗せた「Play & Stay」プログラムの活用が考えられる。このプログラムの考え方に基づいた日本オリジナル版を作成していく方向であり、世界をスタンダードとした強化策の推進における課題抽出と課題解決のための具体策として選手の指導指針が作成されるべきで、そのための組織を再整備することも急務である。

ジュニア育成のための具体的プラン

年齢	テニス/ テニス意外	身体作り、運動能力 コーディネーション	戦術と技術の トレーニング	試合と そのトレーニング	コーチングの ポイント
6-8	30/70	<ul style="list-style-type: none"> 多くの異なったスポーツをする 総合的コーディネーション能力を向上 1週間約2.5時間 	<ul style="list-style-type: none"> パートナーと協力する ボールを続ける 1週間約1.5時間 	<ul style="list-style-type: none"> ミニテニスのチーム戦 	<ul style="list-style-type: none"> 変化を持たせ楽しく自由にプレーさせ創造性を持たせる
9-10	50/50	<ul style="list-style-type: none"> フットボールやバスケットのような球技 フットワークや動き作り 1週間約4.5時間 	<ul style="list-style-type: none"> 全てのストロークの大まかなうち方を伸ばす 全ての戦術的側面を教える 1週間約4.5時間 	<ul style="list-style-type: none"> 1年間にシングルス15試合、ダブルス30試合 ラウンドロビンの試合を行う 	<ul style="list-style-type: none"> 良いデモンストレーションをすりこ
11-12	55/45	<ul style="list-style-type: none"> 反応の早さ、柔軟性、能力を高める 補助的なスポーツを行う 1週間に約5時間 	<ul style="list-style-type: none"> 攻撃的なゲームスタイルと戦術の習得 ストローク技術の改良 1週間約6時間 	<ul style="list-style-type: none"> 1年間にシングルス50試合、ダブルス30試合 地域大会と全国大会を目指す 	<ul style="list-style-type: none"> 結果よりもプレー内容と過程を重視
13-15	65/35	<ul style="list-style-type: none"> スピード、持久力と筋力をつける 補助的なスポーツを行う 1週間約8時間 	<ul style="list-style-type: none"> サーブとストロークにパワーをつける 自分にあったゲームスタイルの習得 1週間約12時間 	<ul style="list-style-type: none"> 1年間にシングルス70試合、ダブルス35試合 全国大会と国際大会を目指す 	<ul style="list-style-type: none"> プレーヤーが自分のテニスに責任を持てるようにする
16-19	70/30	<ul style="list-style-type: none"> 有酸素持久力、筋力トレーニングを十分行う 1週間8時間程度 	<ul style="list-style-type: none"> 個人のスタイルを確立ストローク技術をさらなる向上 1週間約15-20時間 	<ul style="list-style-type: none"> 1年間にシングルス80-100試合、ダブルス40-50試合くらい 	<ul style="list-style-type: none"> プレーヤーの計画を立てる役割をになう

一貫指導カリキュラム作成のサイクル



2)トレーニングセンター(トレセン)システムの構築と始動

①トレセン構想

日本テニス協会は、これまでに一貫指導システムを確立するため、ナショナル・エリア・ブロックの各レベルに応じたトレセンの整備を目指してきた。そこで、ナショナルトレセンを中心に各ブロックを主体(エリアも含む)としたトレセンを設置し、第一に情報のネットワーク化を図り、始動させる。

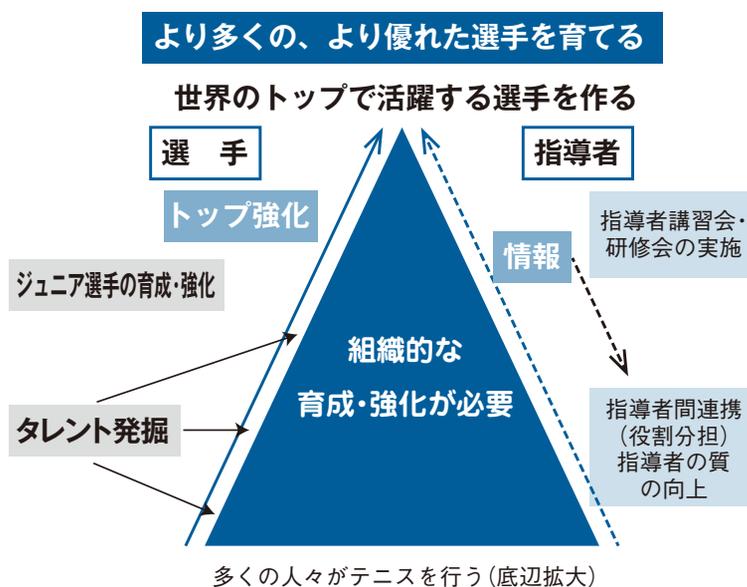
2008年に完成した「味の素ナショナルトレーニングセンター(NTC)」では、選手の育成強化や情報発信の拠点として多く活用されており、すでに大きな成果を上げている。また、これまで全国プロジェクトが推進している「ふるさとトレセン」についても、2011年度中には、ナショナル・エリア・ブロックを連携していくトレセン活動のモデル事業を行い、将来を見据えたトレセンの構築を目指していく。そして2013年度には、全47都道府県が参画できる体制をミーティングや円滑なコミュニケーションを重ねて構築していく。さらに、発掘・育成・強化については、前述したように地域密着型のブロックトレセンが中心となって、主体的に活動できる環境整備を推進する。

このトレセンシステムを構築し機能させることが、一貫指導をより一層促進することになる。

②トレセンシステムとは？

トレセンシステムとは、テニスに関する情報(指導法、プログラム、選手など)を共有しながら、優秀な選手を発掘・育成・強化していくシステムのことである。

- (1) 指導に関する世界(ITF・ATFなど)の情報や日本のトップの情報(ナショナル)などがブロック(エリア)の方向へ流れ、情報の共有を円滑に行う。
- (2) 選手情報が、ブロック(エリア)からナショナルへと流れていく。
- (3) タレント発掘・育成に関する基本方針はナショナルが、また、その対象となる選手情報はブロック(エリア)が主体となり、ナショナルとブロック(エリア)が協同して行う。
- (4) 練習会・合宿・大会などを通して指導者間コミュニケーションを活性化し、指導・トレーニング環境を整えていく。



③トレセンの役割

<ナショナルトレーニングセンター(NTC)>

NTCは、ナショナルチームの強化拠点(ナショナルA・B)であるとともに、各地のトレセンの集積拠点でもある。世界の情報を集積し、国内トップ指導者の研修や指導者間交流を積極的に行う。また、JOCで進められているナショナルコーチアカデミーや種目間連携事業などに参画し、ナショナルコーチの質の向上に努める。ここで得られたノウハウは、ブロック(エリア)へ積極的に伝達させていくことが重要である。

<JOC強化拠点>

現在のJOC強化拠点は、韃テニスセンター、ブルボンビーンズドーム、グラスコート佐賀などが指定されており、将来のオリンピック候補選手の拠点として利用することが原則となっている。また、ナショナルチームC(地域主導によって選出された強化選手)を構成した上で、これらの施設を優先して利用できるようにしていく。その他、地域のトップジュニア選手を強化対象候補として次世代のジュニアナショナル選手を育成するとともに、アフタージュニ選手もフォローする。さらに、指導者のリフレッシュ講習会の場としても活用していく。

<エリアトレセン>

エリアトレセンは、いくつかのブロックの集合体である。地域テニス協会における活動の場であり、各地域内ブロックトレセンの強化指定選手(ナショナルCチーム)が集まり、ナショナルからの情報の伝達、そしてブロックからの情報収集を行いながら、エリアとしてまとまっていく。また、地域ごとにコミュニケーションを図りながら、年に数回ミーティングを行い、ナショナルの情報の確認作業、ナショナルメソッド伝達講習会などにより、実践的に活用していく。

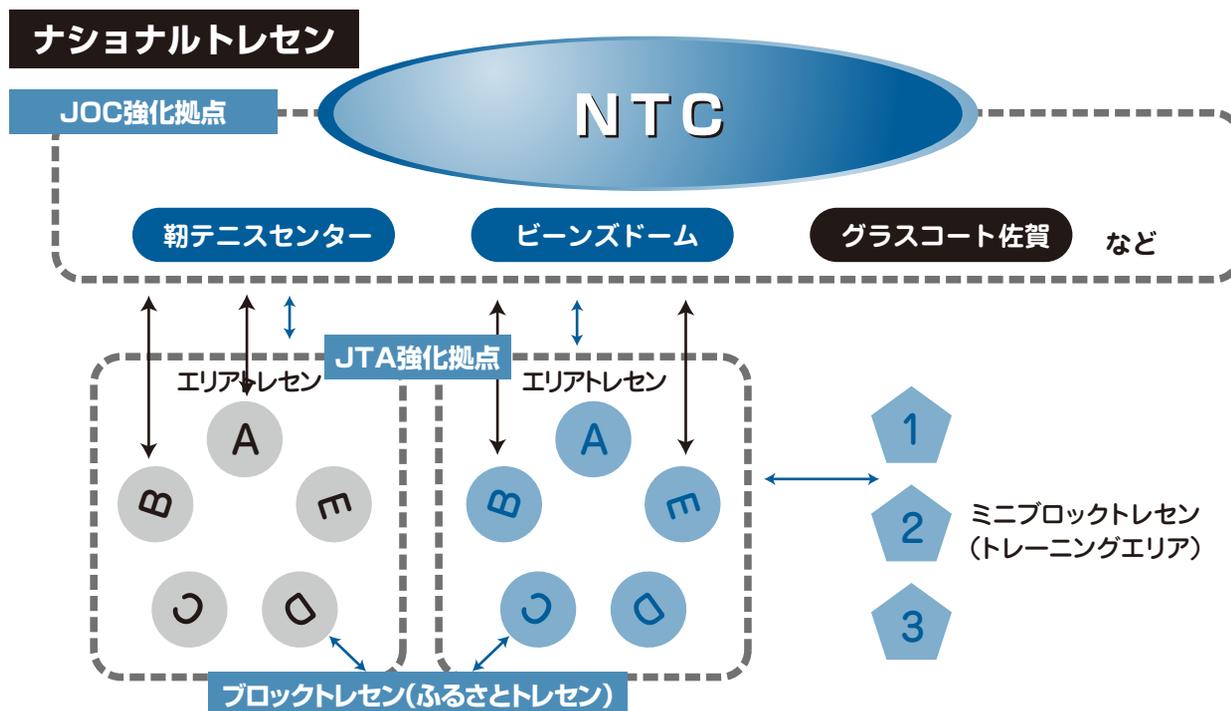
<ブロックトレセン(ふるさとトレセン)>

「プロジェクト47 ふるさとトレセン」は、選手の発掘・育成・強化を計画的・系統的に推進するために、47都道府県にブロックトレセンを構築することを目的としたものである。中央拠点であるNTCとの連携を強化する上で、47都道府県すべてにブロックトレセンを立ち上げることを推進していく。

ブロックトレセンは、強化の対象年齢が広範囲に渡っているが、例えば、市町村、学校体育、テニスクラブなどの指導者や、中体連や高体連、大学などとの連携を保ちながら、異なる対象年齢であっても一貫した育成・教育プログラムを実践できるより良い環境を整備していく。



トレーニングセンターシステム



④ トレセンシステム運営部門の充実

NTCを中心としたトレセンシステムを円滑に機能させるため、トレセンシステム運営部門の設置を想定し、各部署の連携を図る。その構成は、強化本部ナショナルやブロック(エリア)代表などである。各ブロックにおけるトレセン運営状況の把握と意見交換はインターネット環境を積極的に活用し、NTCとブロック・エリアのコミュニケーションを大いに図る。また必要に応じて、ナショナルとエリア代表との合同ミーティングを開催し、情報の伝達および共有を行う。メンバーは、資格保持者(マスターコーチ・S級エリートコーチ・上級コーチ・コーチなど)を中心とし構成されるが、マネジメント能力を有していることが望ましい。



⑤トレセンシステムの始動(強化の推進)

トレセンシステムを本格的に始動し、強化目標を達成するために、大きく二つの強化を考えていく。第一はナショナルチームにおけるトップ選手の強化で、第二はジュニア選手の育成・強化である。

<ナショナルチーム構想案>

ナショナルA(デ杯、フェド杯、G-Project、ユニバーシアード関係)

ナショナルB(ジュニア選手を対象としたナショナルチームの選手)

ナショナルC(エリアのトップ選手で次世代のジュニアナショナル選手またはアフタージュニア選手)

<NTCでの強化>

ナショナルAとナショナルBを中心とした強化指定選手の強化拠点であるNTCにおいて、年間を通しての練習や強化合宿を徹底して実施する。指導者はナショナルコーチ(またはS級エリートコーチ)を中心とし、強化本部ナショナルチームTSSによるコンディショニングチェック(フィジカル・メンタル・メディカル)等も実施する。

<JOC強化拠点での強化>

将来のオリンピック候補選手の強化拠点として、ナショナルAはもちろんのこと、ナショナルBおよびナショナルCを中心とした強化指定選手の強化を行なう。

<エリアトレセンでの強化>

ナショナルCの強化拠点として、エリアで選抜されたナショナルCを中心とした強化指定選手の強化を行なう。

<ブロックトレセンでの強化>

ブロックトレセンでは、主に8歳、10歳、12歳、14歳の育成・強化プログラムを実行していく。優れた選手を養成するためには、低年齢層を増やす努力をすること(テニスに心身に及ぼす影響が大きいことと楽しいスポーツ種目であることなどをアピールする)が必要である。6歳～12歳はしつけに関して大事な時期であるが、運動神経の発育発達に関しても重要な時期でもある。「見つけて、育てる、そして活かす」長期的なビジョンを持ちながら、ブロックが主体的に活動していくことをベースとして『低年齢指導の大切さ』を強調していく。そのためにも指導者間の共通認識が必要である。特に、低年齢ジュニア指導法の確立を目指し、指導プログラムの作成や「低年齢指導者の養成」に重点を置いていく。

<指導体制の整備>

NTCを中心としたブロックトレセンおよびエリアトレセンにおける指導体制をしっかりと整備・確立していく。例えば、テクニカルコーチや各セクションでのS&C(ストレングス&コンディショニング)コーチの選任や養成も含めて検討する必要がある。またナショナルの方針が、ブロック(またはエリア)を介して指導現場へと届いていくことが重要であることから、トレセン構想に基づくネットワークの再構築化とともに、有効な指導体制づくりが急務である。

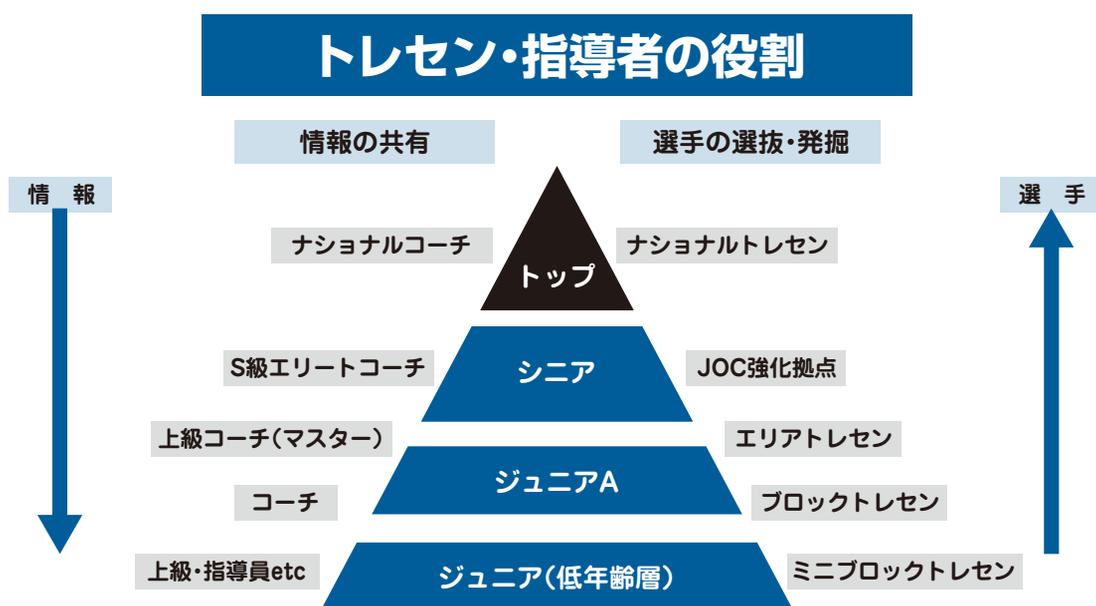


3) 優秀な指導者の養成

「優秀な指導者なくしては、優秀な選手は生まれない。」指導者は、常に向上心を持ちながら学ぶ姿勢をもつことが重要である。この考え方を第一として、指導者養成を充実していく。

① 指導者の役割の明確化

現在提唱されているJTAコーチシステムをさらに強化していく。
現在の日本体育協会の資格保持者を活用していく。
ナショナルコーチ、エリアコーチ、ブロックコーチなどの役割も明確にし、配置していく。
年齢および技術レベルを勘案し、コーチングレベルを分け、指導内容および指導法を充実させていく。



強化に関する指導者の役割(コーチングレベル)

対象のスキルレベルを分けて考える必要がある。
(どのレベルを中心に考えるか?)

- | | |
|--|--|
| 1、初期レベル(開始時期～):5～10歳
コーチングレベル1 (指導員・上級指導員) | 3、特別な競技レベル:15～17歳
コーチングレベル3 (コーチ、上級コーチ、S級エリート) |
| 2、一般的な競技レベル:11～14歳
コーチングレベル2 (上級指導員、コーチ) | 4、ハイパフォーマンスレベル:18歳以上
コーチングレベル4 (上級コーチ、S級エリート) |



②指導内容の充実化を図る

指導者養成事業では、技術・情報部門や指導者委員会内にある教育プログラム部会等を中心として調査研究領域を充実させながら、講習内容の精査を行うことによって、講習会のレベルを上げて進めていく。また、下記のような教材開発も積極的に行っていく。

- ❖指導者のレベル別の講習内容の充実と指導マニュアルの作成
- ❖指導員レベルの指導を中心とした指導教本の改訂
- ❖競技力向上をメインとするコーチレベルの指導を中心としたコーチ教本の作成
- ❖低年齢から18歳レベルを中心としたジュニア指導教本の作成

③指導者養成講習会の質のレベルアップおよび実践力強化に努める

指導者養成講習会については、テニス指導理論の理解と実践力の強化をメインに考え、最新情報を取り入れながら指導レベル別に合わせた指導内容を含んだ講習会としていく。実際には、指導のトレーニングを行なっていく場として講習会をとらえていく。

④リフレッシュ講習会の義務化および内容の充実化

現在行なわれている、ナショナルからエリア(特にJOC強化拠点を中心として)へのナショナルメソッド伝達合宿(ジュニア選手対象)を発展的に考え、ジュニア選手を対象としながらも、指導者の情報交換も含めてリフレッシュ講習会を開催し、義務化を図っていくものとする。また、指導者講習会などに、アシスタントとして積極的な参加を呼びかけ、次の指導スタッフとしての養成も同時に行なっていくものとする。将来のナショナルコーチとしての資質をもった人材の発掘と養成を積極的に行っていく。

⑤講習会講師の人材養成

ナショナル、エリア、ブロックのそれぞれで行なわれる指導者養成講習会について、講師の人材養成を積極的に行う。日本テニス協会は、年に1回の伝達講習会などを実施することによって、講師に最新の情報を提供し、それぞれ講習内容の充実にも努めるよう促していく。ナショナルと地域、ブロックとのコミュニケーションを密に行いながらも、より良い人材を養成していくことを特に重要視していく。



コラム 一貫指導システムの構築

① 競技者育成プログラム

競技者育成・強化の指導理念や指導内容を示した競技者育成プログラム

年齢別プログラム

キッズプログラム、低年齢プログラム、ジュニアプログラムなど

体力・運動能力測定、評価システム

JTAコンディショニングチェック、フィールドテストなどの活用、展開

運動能力開発プログラム

日常的に行なうオンコートトレーニングの開発

全国大会システム

ピリオダイゼーション(期分け)を考慮での大会等の日程調整

育成大会システム

地域・都府県での大会のあり方

② 競技者育成プログラムに基づく競技者の育成の推進

競技者育成プログラムに基づく高度な指導を継続して実施する地域、都府県等に対する支援の充実

NTCテクニカルコーチ、NTC S&C(トレーニング)コーチ、TSS

エリア及びブロックジュニア強化合宿(合宿テーマ、プログラム、情報提供)

地域代表コーチ(上級コーチ、S級エリートコーチ、コーチ)

地域ジュニア育成プログラム

ブロック代表コーチ

都府県ジュニア育成プログラム

③ 一貫指導を実施するための体制の整備

学校、クラブなどの指導者に対し、競技者育成プログラムの趣旨及び指導内容に関する普及、啓蒙活動を推進し、中央レベルから地域レベルまでが一体となった競技者の組織的な育成体制の整備

ジュニアナショナルチーム制度

トップジュニア発掘プログラム(ナショナルチーム)

ナショナルコーチ制度

コーチ間の連携システムの整備

全国指導者研修会

優秀な指導者の育成



JTAカンファレンス

情報交換、リフレッシュ講習

総合評価方式

戦績×運動能力×人間力
潜在能力をいかに発掘し、育成、強化に結びつけるか？

④優れた素質を有する競技者の発掘

競技者育成プログラムに基づく高度な指導を継続して実施する地域、都府県等に対する支援の充実

都府県合宿

運動能力テストでの発掘・種目限定型(テニス) 非限定型(行政)

地域合宿

将来性のある選手の発掘と育成手法:システムとプログラム

育成大会

ベストプレーがキーワード、レクチャー、ジュニアチーム(リーグ)の創設

グラスホッパー in 佐賀

地域・ブロック推薦のトップジュニアの発掘

修造キャンプ

地域推薦トップジュニアの発掘





第2章

リオへの道

第2章 - 1

「G-Project」とは？

日本テニス協会は、2012年ロンドンオリンピックで「メダル」を獲得し、さらに2016年リオデジャネイロオリンピックでは「メダル」はもちろんのこと、特に「金メダル」の獲得を目標としている。そのためには、世界のトップクラス選手の動向を精査し、徹底した強化への取り組みを策定しなければならない。そこで、我が国のトップクラス選手を限定的に指名し、集中的な強化を実行していく。

2010年、日本テニス協会は「2016年リオデジャネイロオリンピックで女子ダブルスにおける金メダル獲得」を目指したプロジェクトとして「G-Project」を立ち上げた。「G-Project」の「G」は、オリンピックの頂点である「Gold Medal」の「G」を示している。また、この他にも「Go」や「Good」「Goal」などテニスに必要な様々な意味合いをもつ言葉をイメージとして合わせもつことから、この「G-Project」という名称が決定した。

1)「G-Project」の特徴

特筆すべきことは、このプロジェクトの活動全体が「日本テニス協会全体をあげて」取り組む活動となっている点である。オリンピックにおいて好成績を収めることは、今まで「強化本部ナショナルチーム」の目標と定められていたが、本プロジェクトの活動はテニス協会全体でサポートするものであると定められており、予算措置も強化本部とは全く別になされている。



2)目的と期間

「G-Project」は、「リオデジャネイロオリンピックで女子ダブルスにおける金メダル獲得」を目的とし、2010年7月から2016年のリオデジャネイロオリンピック終了までをプロジェクト期間としている。

★プロジェクトスタッフ

リーダー

サブリーダー

ディレクター(現場責任者)

ツアーコーチ

ツアーフィジカルコーチ

アスレティックトレーナー

マネジメントスタッフ

情報戦略スタッフ



「G-Project」の 具体的活動

1) 女子ダブルスに焦点を合わせ日本人女子選手の技術的レベルの底上げを図る

女子ダブルスは、過去の実績や現在の国際的なテニスの状況を考えた場合、日本人にとって最もメダル獲得のチャンスが存在している種目である。そこで、女子ダブルスに焦点を合わせた積極的な強化を推進していく。同時に、日本人女子選手がダブルスに真剣に取り組むことで、テニスのプレーそのものの幅を広げること、つまり副次的作用として将来に向けたシングルの強化も狙っている。

ダブルスのゲームは「サーブの重要性」「レシーブの技術」「ネットプレーのテクニク」「配球」等、単純なボールパワーやスピードに頼ることのないテニスの奥深く大切な技術的要素を必要とする。また、これ以外にもボレーのタッチや、ラリーの緩急のつけ方、ペアとのコンビネーション等、シングルを行うだけではマスターし難い要素も身に付ける必要がある。つまり、「ダブルスが上手くなる事」は、すなわち「テニスが上手くなる事」に直結してくるのである。

世界的には、徐々に女子においても体格とリーチに恵まれた選手たちが、体格を利したプレースタイルによって活躍することが増えてきている。しかし、体格的な優位性が低い日本人が世界の中で戦っていくためには、ダブルスというゲームの奥深さから身に付けることができる繊細な技術が、世界で戦い抜くための突破口になると思われる。本プロジェクトは、こういった面においても「ダブルスに焦点を合わせる事」が有効で価値があることだと考えている。



2)サポートを行う対象選手を絞り込んで強化する

一部の例外はあるものの、一般的にテニス選手のパフォーマンスのピーク年齢は20歳代半ばであると言われている。この時期において、選手は肉体的にも精神的にもピークをむかえ、生涯の中でのベストパフォーマンスを発揮する。

そこで本プロジェクトは、目標とする2016年のリオデジャネイロオリンピックにおいて、この年代に差し掛かる選手たちに対して集中的にサポートを行う。具体的には、「年齢」(2016年にピークをむかえる年齢)、「実績」(プロツアーにおける今までの実績)、「将来性」(ジュニアにおける実績とナショナルコーチから見た将来性)という3点から評価を行い、サポートする選手を決定する。

3)ツアーにおけるサポートおよび味の素NTCにおける合宿を計画的に継続して行う

テニス選手はプロツアーに参加する場合、1年の中で少なくとも20週以上、多ければ30週近くを大会参加のための「遠征」に費やすことになる。このため、ツアーレベルを主戦場として戦う場合、「試合に参加しながらレベルを向上させる強化のための取り組み」が必須であり、そのためのサポートを行うことがこのプロジェクトの重要な策となる。

そこで、選手たちのツアー参戦を継続的にかつ積極的にサポートしていく。特に、体力的な向上を図るためには体力トレーニングやコンディショニングにおける専門家も必要であることから、選手がツアー参戦する際には、テニスコーチに限らず、これらの専門家が継続的に帯同していく。

また、ツアー以外の場において味の素ナショナルトレーニングセンター(NTC)において継続的な合宿を行う。特に、NTCにおける合宿は、

1:戦術面を中心とした意思疎通の場

2:ダブルスに必要な多彩なショットの習得の場

3:体力面の向上を客観的に評価するためのチェックとフォローアップの場

4:プロジェクトの対象選手間における競争意識とチーム意識の醸成の場

としての機能を果たすことを目指している。

以上のように、ツアーにおけるサポートとNTCにおける定期的な合宿の双方を計画的に実施することは、このプロジェクトの目的を遂行するための大きな役割を果たすことになる。



第2章 - 3

「G-Project」の
背景

1) テニス界におけるオリンピックの価値の向上

プロツアーと四大大会が主流であったテニスは、1988年ソウルオリンピックにおいてオリンピックの正式競技に復帰した。復帰当初はオリンピックにおいて上位に入る活躍をする事への価値観が選手個々によって大きく違いがあり、当時のランキングを通じた実力で考えると意外な結果のメダリストが生まれることもあった。これは、ソウルオリンピックでテニス競技が正式に復帰するまで、テニスがプロツアーとその一部としての四大大会の価値の向上に努めてきた影響を受けたものであり、オリンピックという大会の捉え方は選手それぞれで違っていた事が要因と考えられる。

しかし、オリンピックの回数を重ねる毎に選手達の意識は変わってきた。特に前回の北京では、ランキングトップ選手達の取り組み方に熱意を感じるほどだった。最も象徴的と思われたのはスイスのロジャー・フェデラー選手がシングルスでの敗退後にダブルスを制したことだった。日本チームの監督として参加した竹内映二氏も決して普段のプロツアーでは見ることがない「コンディションを整えるために必死でトレーニングに取り組むフェデラー選手の姿」を見たと言っている。このことから、トップ選手におけるオリンピックの価値が向上してきたことは確かである。

これらテニス界におけるオリンピックの価値の向上は、プロツアー側と国際テニス連盟との協調によってもたらされていて、アテネ大会からは、それなりの配分になるポイントがオリンピックの勝敗に合わせて得られるようになっている。そういったテニス界全体の取り組みがランキングトップ選手たちに熱意をもたらす結果となったのだろう。



2)中国女子テニスの躍進

テニス界におけるオリンピックの価値の向上に合わせて、注目すべきことは中国の取り組みである。表に示したように中国の女子選手達は近年、目覚ましい発展を遂げ活躍を見ているが、中国のテニスに向けた強化は明らかにオリンピックを目標に見据えて進められ、この取り組みが現在の躍進を支えていると考えて良いであろう。

中国人女子選手の近年の活躍				
2004年	アテネオリンピック	ダブルス	金	(Li Ting / Sun Tiantian)
2008年	北京オリンピック	ダブルス	銅	(Zheng Jie / Yan Zi)
2008年	北京オリンピック	シングルス	ベスト4	(Li Na)
2006年	ウィンブルドン	シングルス	ベスト8	(Li Na)
2007年	全豪	ダブルス	優勝	(Zheng Jie / Yan Zi)
2007年	ウィンブルドン	ダブルス	優勝	(Zheng Jie / Yan Zi)
2008年	ウィンブルドン	シングルス	ベスト4	(Zheng Jie)
2010年	全豪	シングルス	ベスト4	(Zheng Jie)
2010年	全豪	シングルス	ベスト4	(Li Na)

中国のテニスの強化は、国際オリンピック委員会(IOC)総会において2008年の北京オリンピック開催が決定された2001年から始まったと考えられる。地元開催のオリンピックにおいて中国人選手の活躍を望んだ中国は、女子ダブルスに焦点を絞った中期的な計画的強化を進めた。現在活躍している中国人選手は、北京オリンピックにピークを合わせるべく若い年代から継続的に強化が進められてきたことが明白である。

前述したように、一般的にテニス選手のピークは20歳代の半ばと言われているが、北京オリンピックに出場した中国人女子選手の大半がこの年代に当てはまる構成となっており、これらの活動がアテネオリンピックにおける女子ダブルスの金メダル、北京オリンピックにおける銅メダル獲得につながったものと考えられる。



中国の成功を分析してみると以下の2点に絞られる。

- ①年齢を基準に強化対象を絞った継続的強化を行ったこと
- ②女子ダブルスでの強化を基準とし、プロツアーにおける継続的な強化を図ったこと

いくつかの例を挙げると、北京オリンピックにおいて銅メダルを獲得したZheng Jie選手およびYan Zi選手のペアは、2001年から2008年の北京オリンピック開催までの間にお互いのペアリングでZheng Jie選手が92%、Yan Zi選手は84%の試合でペアを組み大小さまざまな大会に参加している（Zheng Jie選手に比してYan Zi選手が低い数値となっているのは、Zheng Jie選手が一時期怪我によりプロツアーを離脱していたことによるものである）。現在のプロツアーの中において、同一のペアでここまで長期に渡ってペアを組み続けてダブルスへ参加することは異例なことであり、こういった普段から組み慣れたペアでさまざまな試合に参加し続けることが、大きな大会、つまり目標としていた北京オリンピックにおいて大きなアドバンテージとなっていたことは容易に想像できる。

また、これ以外にも2001年から北京オリンピックまでの間、中国の主力選手たちはツアーへの参加において同一大会にエントリーを行い、行動を共にしている期間が非常に長く、これによって各種の専門家の集団による継続的なチームサポートを受けることが出来ていたと思われる。

中国人選手のオリンピックおよびプロツアーにおける活躍の背景に、これらの国を挙げた形での中期の計画的強化が進められていたことは、今回の「G-Project」立案において大きな影響を与えたことは事実である。ただし、これは単純に中国のやり方を模倣したというものではなく、今現在の「スタンダードな選手の強化方法」を実行しているに過ぎず、何も中国だけに限った方法ではない。いわゆるテニスの強豪国において、また有名選手を輩出する国際的な強豪アカデミーにおいてもこういった方法はごくスタンダードな強化方法であり、日本のオリンピックに対する強化活動がやっと国際的に標準的な方法に則って進めていくことが可能となったのである。





第3章

強化の現状と課題

第3章

1

ナショナル トレーニング センターの完成

1) ナショナルトレーニングセンターの活動

2008年に味の素ナショナルトレーニングセンター(以下NTC)が完成し、ハードコート2面で活動を行っている。隣接する国立スポーツ科学センター(以下JISS)のレッドクレートコートが2面あり、ナショナルチーム選手が常に世界を意識しながら日常的に活動できる場所となっている。

2) ナショナルチーム選手へのサポート体制の充実

ナショナル代表チーム(Team Japan)をサポートするにあたり、NTCを活用してサポート体制を組んでいる。現在は4名のスタッフが常駐でサポートしているが、それ以外のスタッフも合宿や講習会時にはNTCを拠点に集い、以下の強化プログラムを展開している。

- ナショナル代表チーム選手の拠点機能
- オリンピック、アジア大会、ユニバーシアード等の総合国際大会事前合宿
- デビスカップ、フェドカップ等の国別対抗戦の事前合宿
- 各ジュニアカテゴリーナショナルチームの合宿練習等
- 指導者養成講習会等、各種講習会における会場利用等



常駐スタッフ(2010年9月現在)

- 櫻井 準人 (さくらい はやと) JOC-NTC専任コーチングディレクター、
強化本部NTC運営委員会委員長
- 右近 憲三 (うこん けんそう) JOCナショナルコーチ
- 田島 孝彦 (たじま たかひこ) 強化本部ナショナルチーム
マネジメントディレクター
- 池田 亮 (いけだ りょう) 強化本部ナショナルチーム情報戦略担当スタッフ

3) ナショナルトレーニングセンターからの情報発信

また、NTCを拠点とした強化活動は、施設の管理運営のみならず、強化に関するさまざまな情報を多様なツールで発信する取り組みを行っており、情報の共有化に努めている。

NTCを拠点とする活動の情報発信の取り組み

- ナショナルメソッド地域伝達講習会を中心としたプログラム立案と実行
- 強化本部発行のニュースレター「In-Pact」および「In-Pact for Decision Maker」の編集および発行
- 国立科学スポーツセンター(JISS)と共同で行う選手サポートおよび研究事業において蓄積されたノウハウの伝達
- 選手および各カテゴリーチームのNTCやJISS利用サポートによって蓄積されたノウハウの伝達



4) テクニカルサイエンスサポート(TSS:Technical Science Support)の活用

NTCの設立運営に先駆けて、2001年、国立科学スポーツセンター(JISS)が開所された。それを機にJISSと日本テニス協会が連携して、ナショナルチームや若い世代の強化指定選手を中心とした医・科学サポートを行ってきた。中でも、トレーニング測定合宿を定期的に開催し、サポート体制が充実しつつある。

現在のスポーツ医・科学サポートは、ナショナルチームに所属するテクニカル・サイエンスサポート(図参照)が従事している。TSSは、テクニカル(情報・戦略)部会を親部会とし、下部組織に、医学部会、AT(Athletic Training)部会、S&C(Strength & Conditioning)部会、ゲーム・映像分析部会、測定分析部会、スポーツ科学情報部会の6部会が構成され、各部会が連携を図りながらナショナルチームのサポートにあたっている。

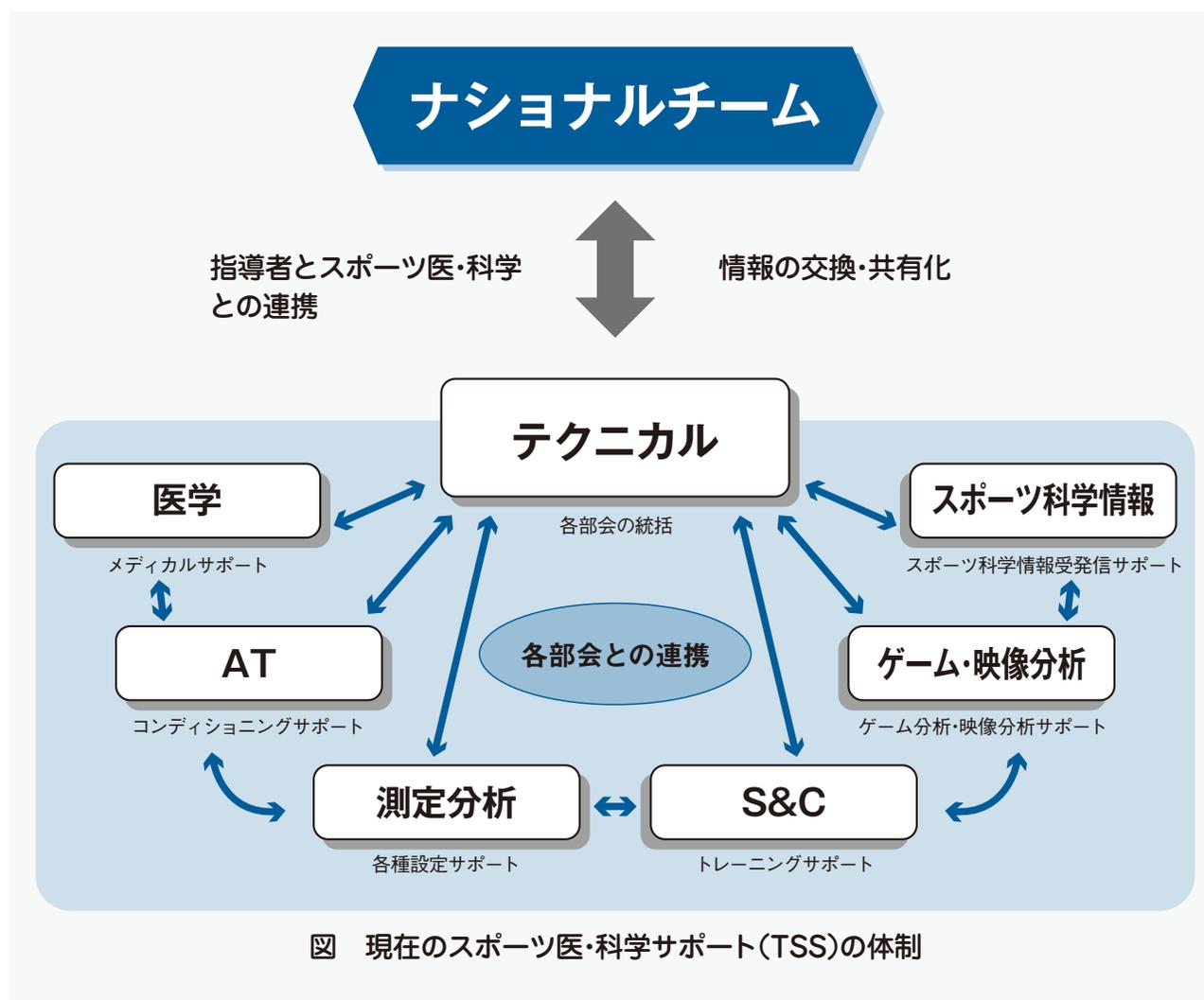


図 現在のスポーツ医・科学サポート(TSS)の体制



テクニカル部会

- スポーツ医・科学とナショナルチームとの連携を図ることでより優れた競技成績を収めるため、スポーツ医・科学の側面から必要なサポートを指導者とともに検討し推進を図っている。6部会の活動をまとめる。

医学部会

- ナショナルチームに対するメディカルサポート
- 国内・国際大会におけるトーナメントドクターの派遣
- 国内アンチドーピング検査におけるNFとしての立ち会いJTAコンディショニングチェックを作成中。

AT部会

- オリンピック、アジア大会等総合国際大会へのトレーナー帯同
- デビスカップ、フェドカップなど国別対抗戦へのトレーナーの帯同
- セルフコンディショニングの啓蒙活動や情報提供
コンディショニングに関する正しい知識や方法を啓蒙する。

測定分析部会

- テニスの専門性に特化したフィールドテストの実施
- ラボテストの開発
測定を通じて、選手の体力に関するサポートを行う。

ゲーム・映像分析部会

- ナショナルチームに対するゲーム分析・映像分析
- 映像分析した結果のフィードバック
ゲームに関する映像情報収集を行う。

S&C部会

- 測定結果に基づく個別選手のトレーニングプログラムを作成・提供
- NTCを利用した合宿や試合での、トレーニング指導
- ナショナルメソッド地域伝達講習会におけるトレーニング指導
- エリアテクニカルコーチブロック派遣強化合宿でのトレーニング指導トレーニングの重要性や正しい方法を啓蒙する。

スポーツ科学情報部会

- TSSブログからのスポーツ医・科学情報発信の拡充
- 科学情報に関する海外記事翻訳
- トレーニングセンター制度に関連するプログラムの紹介スポーツ科学情報の受発信を行い、サポートする。



5) ブロック(ふるさと)トレセン・地域トレセンの進捗状況

日常的に選手を指導し育成・強化する役割を担う現場として都府県におけるブロック(ふるさと)トレセンの体制作りを進めてきたが、2009年度よりライジングサン・プロジェクト47(ブロックトレセン推進プラン)がスタートし、これまで以上に、ブロック(ふるさと)トレセンの全国展開を推進していく体制が整いつつある。

現在は、愛媛県、島根県、兵庫県の3県において実施されており、県体育協会との連携し取り組んでいる県や地元企業・自治体の協力を得ながら取り組んでいる県など、取り組み方は多様な方法で考えられる。

ブロックとNTCの間でネットワークを構築することにより、NTCから強化体制作りのサポートや情報提供、ナショナルコーチの定期的な派遣、各ブロックトレセンから発掘された選手のジュニアキャンプの実施などが行われ、ブロックからは有望選手の情報などとともに現場における育成・強化の課題などの情報をNTCに提供することが可能となるだろう。

このように、選手、指導者が互いに交流し、情報を共有することを狙い、ブロック、エリア、NTCの各トレーニングセンターを機能させることが一貫指導システムの構築と推進には不可欠である。最終的には9エリア47の都道府県とNTCがそれぞれ影響しあい、日本全体の強化目標達成に向かっていくことが望まれる。(資料参照:プロジェクト設立趣意書)





第3章 -2

一貫指導プログラムの構築と普及

一貫指導システムの基盤を充実したものとするためには、一貫指導プログラムが必要不可欠である。その一貫指導プログラムを構築し普及推進するためには、一人ひとりの指導者の取り組み方や指導力が最も重要なものとなる。

そこで、これからの日本のテニス強化を左右する指導者養成の在り方と一貫指導プログラムの構築について議論を深める必要がある。

1) 一貫指導プログラムと指導法

一貫指導プログラムは、成長過程を大きく5段階に分け、身体、精神の発達、成長に応じたトレーニング内容の要点を示したものである。ジュニアの発達段階において、トレーニングには、最も適した時期があり、その時期に必要なトレーニングをすることにより、傑出した選手を育成する可能性が高くなる。

これまでの「テニスだけをしていればいい」という指導法ではなく、ゴールデンエイジと言われる9歳から12歳ごろの身体づくりや動きづくりを中心としたコーディネーショントレーニングの指導を積極的に導入し、テニスの技術が上達するにつれて、テニス特有の動きにあったトレーニングを多く取り入れる必要がある。それぞれの発達段階に応じた具体的なトレーニング法とコンディショニングについては、「テニスのためのコンディショニング(2005年2月 日本テニス協会出版)」を参考にしてほしい。

技術獲得の前提条件(レディネス)となる動きづくりは、初期段階からトップまで、必ず日常のトレーニングの中でしっかりと根付かせるべきと考える。



一貫指導システム・年齢別プログラム(3~20歳)

「指導者養成とジュニア育成プログラム」

エイジ別プログラム	年齢	身体・精神の発達・成長	スポーツ&テニスプログラム	大会・トーナメント
キッズプログラム (3歳~6歳)	3歳	・脳神経が70%まで発達 ・ことばの判断ができるころ	・基礎運動プログラムスタート (色々な動きのある遊び動作)	
	4歳	・骨の数がそろそろ	・キッズテニスプログラムスタート (ラケットとボールで遊ぶ)	
	5歳	・栄養のバランスを	・正しい睡眠のとり方	ボール遊び
ジュニアプログラム (6歳~9歳)	6歳	・筋肉 ・骨格の発達が完成期に近づく	・バランス感覚を磨く、運動神経の基礎づくり ・歩く走る投げる跳ぶつかまるぶらさがるなどの動作	
	7歳	・神経組織の完成 ・からだの各器官もある程度整う ・アスリートとしての競技の基礎となる能力が決まる	・ベーシックテニスプログラム(正しいテニスの基礎を学ぶ→グリップ・スイング・フットワーク→ストローク・ボレー・スマッシュ・サーブ…フロントラップラリー・コントロールショット・切り返し)	総合スポーツのスタート いろいろなスポーツの体験
	8歳	・柔軟性の維持 ・速力の訓練 ・変化のある遊び	・移動のスピードを高める ・プレーによってコーディネーションの改善 ・リズム感のある動き	スクールへのスタート 5年計画、目標プラン
	9歳		・規則正しいリズム ・規則正しいランニング・持久力の持続	30マッチ(クラブ内ポイントゲーム)
第一発掘期 プレイヤーズプログラム (10歳~13歳)	10歳	・体力の向上 ・集中力の増加 ・心肺機能の耐久力	・すべての技術をマスター ・長いラリーや試合ができる ・ボールのコーディネートができる ・規則正しい柔軟体操	40マッチ(クラブ内)
	11歳	・動きの頻度と反応速度の改善 ・上肢と下肢の独立した運動	・視覚リズムの変化、サインに反応 ・筋力強化と柔軟体操・有酸素運動の規則的なランニング	50マッチ(県レベル)
	12歳	・骨格固まる ・身長発育のピーク	・スピードと瞬発力の改善・筋力と柔軟性の強化(スピード、力)・様々な方向、直線のスプリント・姿勢と好ましくない態度の矯正・上肢と下肢の筋力をつける・腹筋、背筋強化・40分間継続ランニング、インターバル走	60マッチ ジュニア大会のスタート 10年計画目標設定
	13歳	・肉体的・精神的に思春期にさしかかる ・肢体の動きのコントロールと正確性	・走行中のリラクゼーション・軽快な歩幅と呼吸 ・リラクセス、踏み込みのすばやさ・筋力強化	80マッチ(地域~全国大会)
第二発掘期 第三発掘期 ワールドプレイヤーズプログラム (14歳~16歳)	14歳	・パワーとリズム感の変換と改善 ・肢体の動きのコントロールと正確性	・45分~55分間走る・走るリズムの個性化(オンコートで) ・脚パワーの訓練・巧妙さとバランスのコーディネート	基礎体力作り、クロスカントリーで走る(月1回)
	15歳	・パワー増加 ・複雑な動作の完成 ・戦略知識を高める	・自分のトレーニングゾーンで長い時間走ることができる ・ウエイトをつけたトレーニング、器具も活用 ・呼吸を調和させてストレッチング・練習時間を4時間に	国際ジュニア大会のスタート ITFジュニア大会
	16歳	・筋持久力を強化・テニス技術の完成 ・個性的なプレースタイルを	・無酸素のレベルで訓練・乳酸性無酸素運動 ・50分~60分間走12キロ~14キロ	ITFサテライト大会(一般選手として参加)
	17歳	・耐久力の訓練・筋力強化・ストレッチング ・大会期間の調整能力と知識を学ぶ	・訓練に重要な個性化・筋力トレーニングと柔軟性 ・怪我に関する知識・試合での自己調整力	・プロへの自覚 ・トーナメント計画を設定
	18歳		・トーナメントでの調整 ・試合に即した練習	ATP・WTA大会への参加
トッププレイヤーズ (17歳~20歳)	20歳	・アスリートとしての精神的、肉体的な完成期 ・自身の生理学的知識を学ぶ	・試合の中で全ての調整をしていく ・自己管理能力を高める	・短期・中期・目標を持つ ・ITF・四大大会…



2) 指導者養成システムの現状

日本体育協会と加盟団体が「公認スポーツ指導者制度」に基づき資格認定する指導者とは、スポーツ医・科学の知識を活かし、「スポーツを安全に、正しく、楽しく」指導し、「スポーツの本質的な楽しさ、素晴らしさ」を伝える事ができる者である。

テニスにおいても認定を受けた指導者が、日本全国の子どもから高齢者まで、幅広い層に対しての活動を繰り広げることは、普及はもとより選手の発掘・育成・そしてトップへの道につながる。

日本テニス協会は、一貫指導システムを担う指導者を養成するために、各指導者資格のカリキュラムの充実、講義内容の検討を行い、現場に役立つ情報の伝達に努めている。また、各指導者養成講習会検定会では、検定評価基準を明確にし、検定員の養成も行っている。

2006年には、日本テニス協会公認S級エリートコーチの養成に取り組み、世界で活躍する選手の指導やツアーコーチとして期待が高まっている。

〈テニス指導者資格の種類と発行団体〉

(財)日本体育協会

- テニス指導員・上級指導員
- テニス教師・上級教師
- テニスコーチ・上級コーチ

(財)日本テニス協会

- 公認普及員
- 公認S級エリートコーチ
(詳細はホームページ参照)

(財)日本プロテニス協会(JPTA)

- JPTA認定インストラクター
- JPTA/USPTA認定
プロフェッショナル3~1

(財)日本体育協会公認スポーツ指導者登録数 (日本テニス協会登録2011年1月14日現在)

指導員	上級指導員	コーチ	上級コーチ	教師	上級教師	合計
2972名	1397名	212名	215名	353名	159名	
(指導員 小計4369名)		(コーチ 小計427名)		(教師 小計512名)		5308名

(財)日本テニス協会公認 S級エリートコーチ 42名



3) 指導者養成システムの課題

さらに、日本テニス協会は、指導者の資質向上を目的とし、指導理念の確認やナショナルチームの活動方針を伝達するための研修会およびフレッシュ講習会を開催し、各有資格指導者へ情報提供を有効に図るようなネットワークの構築にも取り組んでいる。

しかし、これまでに指導者養成に取り組む中で、いくつかの課題が見えている。

- ・S級も含む公認資格指導者のナショナルおよびトレーニングセンターシステムにおける役割の明確化
- ・有資格指導者講習会の質の向上を目指した講習内容の企画・立案の充実
- ・指導教本および指導プログラム作成
- ・リアルタイムでの確かな情報伝達など

これらの課題に取り組むことが一貫指導システムの確立とトレーニングセンターシステムの構築に向けて重要となるだろう。

2010年度 JTAコーチの名称と役割 (参考)

JTAコーチ名称	役割	備考
ナショナルチーム監督	①ナショナルチームの監督 ②ナショナルチームの強化および遠征事業に関わる	狭義ではデビスカップ監督、フェデレーションカップ監督を意味する。 広義ではオリンピック、アジア大会、東アジア大会、ユニバーシアード、各種ジュニア国別対抗戦等の監督も含む
ナショナルコーチ	①ナショナルチームのサポート ②ナショナルチームの強化および遠征事業へのサポート	任期は2年間 「テクニカルコーチ」と表記される場合もある ナショナルチームとはオリンピック、アジア大会、東アジア大会、デビスカップ、フェドカップ、ユニバーシアード、各種ジュニア国別対抗戦等のチームを指す。
NTC専任コーチ	①ナショナルチームのサポート ②NTCの管理・運営 ③JOCとの調整 ④円滑なNTC活動のサポート	NTCに常駐
ナショナルエリアコーチ	各地域および都道府県支援事業において開催されるブロック 合宿への派遣コーチ	任期は1年間 「エリアテクニカルコーチ」と表記される場合もある
ナショナル S&Cコーチ	①ナショナルコーチあるいはナショナルエリアコーチと連携してナショナルチーム等のフィジカルトレーニング等をサポート ②各地域および都道府県支援事業においてフィジカルトレーニングを担当	任期は2年間 TSS(テクニカルサポートサイエンス委員会)メンバー



(表 47都道府県の公認指導者資格) 公認指導者登録数(2011年1月現在)

	都道府県	指導員	上級指導員	コーチ	上級コーチ	教師	上級教師	合計	S級
1	北海道	101	81	1	2	8	3	196	
2	青森	48	16	3	1	2	1	71	
3	岩手	30	13	4	5	2	1	55	1
4	宮城	79	12	1	1	6	3	102	
5	秋田	29	9	3	1	1	1	44	
6	山形	36	18	1	1	2	0	58	
7	福島	6	12	3	0	2	5	28	
8	茨城	93	37	3	1	5	2	141	1
9	栃木	91	18	8	2	1	0	120	
10	群馬	38	37	3	6	4	1	89	
11	埼玉	172	70	8	6	15	12	283	
12	千葉	88	60	6	6	20	11	191	4
13	東京	200	137	32	52	68	35	524	9
14	神奈川	230	97	15	22	38	21	423	6
15	山梨	11	7	1	0	7	1	27	2
16	長野	73	15	3	1	3	3	78	
17	新潟	86	36	1	6	22	5	156	1
18	富山	53	1	4	4	6	2	70	1
19	石川	39	21	2	3	3	1	69	
20	福井	32	18	5	3	5	2	65	
21	静岡	72	28	4	3	7	6	120	
22	愛知	86	21	9	11	10	5	142	3
23	三重	111	22	4	1	4	3	145	
24	岐阜	76	18	3	0	3	1	101	
25	滋賀	89	25	3	6	5	0	128	
26	京都	71	35	3	2	8	2	121	
27	大阪	214	113	11	15	31	9	393	4
28	兵庫	115	88	14	15	23	6	261	5
29	奈良	44	13	2	0	3	0	62	
30	和歌山	42	10	6	1	1	0	60	
31	鳥取	10	5	0	0	0	0	15	
32	島根	28	26	3	2	1	2	62	
33	岡山	69	46	2	3	4	1	125	1
34	広島	38	38	6	9	10	2	103	
35	山口	52	33	10	3	1	1	100	
36	香川	41	21	8	2	2	0	74	
37	徳島	17	5	0	0	3	1	26	
38	愛媛	52	21	1	1	0	0	75	
39	高知	10	9	1	0	1	0	21	
40	福岡	91	50	7	6	9	3	166	2
41	佐賀	16	6	4	2	0	0	28	1
42	長崎	5	4	1	0	1	0	11	
43	熊本	10	5	0	5	1	3	24	
44	大分	11	12	0	0	3	1	27	
45	宮崎	10	4	0	0	0	0	14	
46	鹿児島	12	11	1	5	2	3	34	
47	沖縄	45	13	2	0	0	0	60	
48	香港	0	0	0	0	0	0	0	1
	合計	2972	1397	212	215	353	159	5308	42



4) 発展する一貫指導システム

これまでは、一貫指導システムを展開するにあたり、施設整備よりも人や情報の流れの充実を第一と
考えてきた。そこで、今まで行ってきた一貫指導についての方向性やプログラム内容、トレーニングセ
ンターを利用した一連の活動を「一貫指導システム推進プログラム」として図にまとめた。

<一貫指導システムの推進プログラム>

① ナショナルチーム強化方針

・ナショナルチームの強化の指針及び目標の設定

② 発達段階に応じた一貫指導プログラム

・年齢別一貫指導プログラムの提示
・ピリオダイゼーションの提唱

③ 基礎体力づくり、動きづくり

・フィールドテストの開発、普及
・コーディネーショントレーニングの普及

④ 合宿や大会を通じた競技者の育成・強化

・全国大会の開催と運営
・滞在型育成大会の開催
・エリア(地域)・ブロック(都府県)トップジュニア育成事業
(ナショナルコーチ派遣)
・アフタージュニア強化(ユニバシアード強化)

⑤ 選手をサポートする制度

・ジュニアナショナル選手制度
・ジュニア大会規定
・ジュニア憲章
・全日本ジュニアランキングシステム構築準備
・選手発掘・育成のための評価法の検討

① ナショナルチーム強化方針

ナショナル代表チーム(Team Japan)の強化の方針を定め、周知活動を行った。

- 1) J T A 方針: 団体の強化(ナショナルチーム、チームスピリット)を柱とする。
- 2) 具体的目標: オリンピックで金メダル獲得、デ杯、フェド杯での優勝。
- 3) チームテーマ: 「人間力の強化」をジュニアナショナル、ナショナルチームの共通テーマとした。

② 発達段階に応じた一貫指導プログラム

一貫指導の具体的なイメージとして、ITFの資料をもとに3歳から20歳の年齢別指導の全体像
を示した。

③ 基礎体力づくり、動きづくり

・フィールドテストの開発、普及

基礎体力作りにおける組織的活動としては、TSS(当時スポーツ科学委員会)を中心に
「フィールドテスト」の開発が行われた。特殊な用具を使わずに簡単な方法で手軽に行えるテ
ストを開発し、普及を行っている。

・コーディネーショントレーニングの普及

パフォーマンス向上のためには、合理的な動きづくりが重要となる。そのトレーニングとして、
神経系による運動調整能力が重要となる。この調整能力を高める「コーディネーショントレー
ニング」と日々のコンディショニングケアの重要性を説く、啓発活動に力を注いでいる。



④合宿や大会を通じた競技者の育成・強化

・全国大会の開催と運営

大会を通じた選手の育成は、検討すべき課題である。現行の大会システムでは、開催日程が一時期に集中したり、大会数にバランスを欠くなどしたりして、解決すべき問題が浮き上がってきている。それらの問題を解消するためには、関係機関と共通理念のもと、全国大会の全体像を見直す必要があると考えている。

・滞在型育成大会の開催

低年齢の選抜大会を「滞在型育成大会」と位置づけ、大会開催期間中に教育プログラムを開催する試みも行っている。成功した滞在型育成大会とした例を挙げると、佐賀のグラスホッパー大会がある。実施当初より選手の育成に主眼が置かれた大会である。1週間にオンコートの試合だけではなく、文化を学ぶような講習を取り入れ、選手が幅広い教養を身につけられるようなプログラムとなっている。グラスコートという特殊な環境も功を奏し、教育期の選手に幅広い技術の必要性を認識させることに成功している。このように大会が独自の性格を持ち、地域の特性を生かした育成プログラムが各地で数多く展開されることを期待している。

・エリア(地域)、ブロック(都府県)トップジュニア育成事業(ナショナルコーチ派遣)

「JTAナショナルメソッド伝達講習会」が、毎年9エリア全てで、スポーツ振興くじ(toto)の助成事業として行われている。主旨は、競技者の育成法を一貫することであり、一貫指導システム推進の中核的な事業である。合宿の目的は、

1:NTCからエリア・ブロックへの情報として「テーマ」の伝達

2:エリア・ブロックの選手及び発掘・育成強化の情報収集

3:エリアへのナショナルコーチ、S&Cコーチ、テクニカルサポートスタッフの派遣

4:12歳以下のエリアトップ選手へ、ナショナルコーチによる直接指導

の4点となっている。ナショナルコーチブロック(都府県)派遣事業として、毎年約10のブロック(都府県)にナショナル・テクニカルコーチ及びストレングスコーチを派遣している。

・アフタージュニア強化(ユニバーシアード強化)

ジュニア期に育成された選手がスムーズに一般大会へ移行するために、ジュニア期の終わりから数年間強化において重要な期間である。また、この年代には「学生のオリンピック」とも言われる国際総合競技大会のユニバーシアードがあり、日本オリンピック委員会選手派遣対象となる。この世代に関して、全日本学生テニス連盟と連携し、ユニバーシアードに向けて計画的な強化を図ることも進めている。



⑤選手をサポートする制度

・ジュニアナショナル選手制度

この制度は、一貫指導理念に基づき、選手を育成強化する目的で、2004年3月に年齢別ジュニア特別強化指定選手制度に代わり制定された。選考は、13、14歳以下の育成教育段階選手と、15～18歳以下の強化準備期の選手と年齢別に分けて行われる。ジュニアナショナルチームは、ジュニア期における国際大会(ジュニアデビスカップ、ジュニアフェドカップ、ワールドジュニア男女)を大きな目標としており、最終的には、デビスカップ、フェドカップにおいて活躍する選手となることを目指して、育成強化している。具体的には、ナショナルチームの一員としてサポートを受け、年間の計画に基づき国内大会のWC枠を優先的に付与されるなど、長期的視野に立った育成が行われる。この結果、2009年度にはワールドジュニア男子が世界大会3位、また2010年度には、ジュニアデビスカップにおいて日本チーム史上初の優勝を果たすなど着実な成果が上がっている。

・ジュニア大会規程

2006年、国際ルールに準じて国内におけるテニスルールブックを大幅に見直し、改訂を行った。ジュニア大会では、ジュニアナショナル選手制度等と整合性を図りながら、全国大会を円滑に運営するために選手選考基準やシード基準などを見直し、ジュニア大会規程として整備した。

・ジュニア憲章

ジュニア選手の育成目標の一つである「人間的にも資質の高い人材の養成」を目指すためにジュニア憲章を2006年に制定した。同時に「ジュニア選手心得」、「伸びる選手の条件(選手自ら、考え、行動することで「人間力」を養おう!)」を発表し、全日本対象大会の各大会プログラムに掲載し、啓発を行った。福田雅之助氏の「庭球する心」を題材に、テニスを通じた人間性の成長を願ったものである。

・全日本ジュニアランキングシステム構築準備

国際テニス連盟(ITF)は、IPIN(アイピン)システムを導入し、選手のエントリーに関する作業をインターネット上で行えるようにしている。このシステムは、ジュニアにも拡充され、2010年には、ITFのジュニア対象大会は、全てインターネットにおけるエントリーとなった。その影響を受け、国内のジュニアランキングシステムが必要となっている。さまざまな問題を解消する必要があるものの、ジュニアランキング構築に向けて準備を進めている。

・選手発掘・育成のための評価法の検討

スポーツ振興基本計画改訂版では、「少子化の進行などにより競技人口の縮小が懸念される中、自然に淘汰されて選り出された競技者を強化するという現在の育成方法では、今後の国際競技力の向上は望みにくい状況にある。」と述べられている。そこで、各競技の競技特性をふまえた客観的な指標の作成と、それに基づく発掘システムの開発を施す必要を感じている。

では、テニスにおいて求められる競技能力はどのような能力だろうか。科学的にも身長や体重、筋力、スピード、パワーなどの能力に加え、それらを統合するコーディネーション能力の重要性が説かれているが、この示唆をもとに選手発掘・育成モデルの確立に向けて、新たな評価法を検討しているところである。



第3章 - 3

一貫指導システムを推進するための財源

これまで見てきたように、日本テニス協会では、低年齢からナショナルチームまで、ナショナルトレーニングセンターを軸として一貫した指導育成システムの確立を通じた強化策を推進している。しかし、そのためには相当な資金が必要である。長引く経済不況もあって、従来選手強化の資金源にもつながった各社の協賛が縮小や中止となり、選手育成・強化資金の捻出は厳しい状況になっている。

そのような中、ジュニア育成・選手強化のためにクラブJTA(ジュニア選手の育成及び選手強化募金)及びJTAワンコイン制度を展開し、理念に賛同していただいた国民から資金援助を受けている。そのような活動は非常に心強いものである。



1) クラブJTA

テニスは、仲間と交流を図りながらプレーをすることが楽しい。また、世界中の大会を観戦したり、テレビ・新聞・雑誌などで見聞きしたりする楽しみもある。

クラブJTAは、このようなテニス愛好者の会員を募り、国内テニス大会観戦に特典を提供している。会員相互の親睦と意見交換することでテニスを見る楽しみを広め、会員が納める年会費によってジュニア選手の育成を目的とした一貫指導強化事業を行い、我が国をテニス強国に導くことを目指している。クラブJTAは個人対象の年会費と企業・団体を対象としたジュニア選手の育成及び選手強化募金により成り立っている。

2009年度は競技力向上費として、クラブJTAより約200万円が拠出されている。

会員特典

- ・JTA主催及び主管のテニストーナメント(国内開催)に無料入場できます。
- ・ゴールド会員及びシルバー会員は、空席があれば指定席で観戦できます。
- ・ブロンズ会員は、一般席で観戦できます。

個人年会費

ブロンズ募金	年間 5,000円
シルバー募金	年間 10,000円
ゴールド募金	年間 30,000円

2) JTAワンコイン制度

2008年度よりトレーニングセンターシステムを資金的に支えるために開催された制度が「ワンコイン制度」である。大会の参加者からエントリーの他に個人戦ダブルス1組100円、個人戦シングルス100円、団体戦1チーム500円を負担していただく制度で、この資金を主たる財源としてNTCを中心としたトレーニングセンターの運営が成り立っている。

- (1) ナショナルチームの強化
- (2) ナショナルトレーニングセンターの運営
- (3) 地域・都府県トレーニングセンター活動事業
 - ① 地域協会、都府県協会の申請に基づき本協会が行うコーチ派遣事業
 - ② 本協会と地域協会、都府県協会とが共同して行うテニス指導者教育事業
- (4) 全国中学校テニス連盟、全国高等学校体育連盟に対する支援事業



2008年度ワンコイン制度は1580万円の収入があった。一方、同年のNTCの運営経費は人件費と諸経費により3335万円であった。日本オリンピック協会の補助金及びスポーツ振興くじ(toto)助成金が448万円で、選手の利用負担額は141万円であった。結果としてNTCの運営にかかる日本テニス協会の負担額は、ワンコイン制度の収入を除くと1166万円であった(含む人件費負担分)。

NTCの運営経費は、全てワンコイン制度収入で成り立たせる当初の計画であったが、現時点の収益では不足していることがわかる。

また、トレーニングセンター事業を予定どおり実施していくため、対象大会をさらに拡大していく必要があるだろう。



3) 一貫指導システムの現状における課題

NTCが完成し、活動を開始したことにより、ナショナルチームの活動は充実し、中・短期的な目標においては成果を上げつつある。しかしながら、日本のテニス界が目指すオリンピックで金メダルを獲得するという目標やデビスカップ・フェドカップで優勝するという長期的な目標を実現するためには強化に向けた取り組みを一貫してシステム化していくことが必要である。

そこには、システム構築のための理念の確立と、その理念に基づき全国のトレーニングセンターとそこで活動する指導者が強化の目標に向けて連携して機能することが必要である。

今後、10～20年という長期にわたる強化策を考えたとき、テニスの普及やタレント発掘も重要な要素であることは間違いない。わが国におけるテニスの需要拡大を図りながら、一貫指導システムを構築していくことが、本当の「強化策」となると考える。

コラム 北京オリンピックに向けたナショナルチームの活動

北京オリンピックにおけるナショナルチームの目標は、女子ダブルスにおけるメダルの獲得と男子における出場権の獲得であった。

女子シングルスに杉山 愛選手、森田あゆみ選手、男子シングルスに錦織 圭選手、女子ダブルスに杉山、森田ペアが出場を果たした。メダル獲得が目標であった女子ダブルスは残念ながら1回戦で金メダルを獲得したアメリカのVenus Williams、Serena Williamsペアに敗れた。しかし、男子の出場権を確保したことは、評価できるだろう。

男子の錦織選手と女子の森田選手は双方とも国際テニス連盟および国際オリンピック委員会の主催者推薦枠(WC)による出場で、二人とも北京オリンピックテニス競技の出場選手の中で、最年少出場者となった。今後のオリンピックに向け、将来性のある、明るい材料が得られたオリンピックであった。

この北京オリンピックまでに向けた取り組みの集積や、オリンピックチーム内における情報交換などが行われたことは、今後につながる大きな成果である。特に、国立スポーツ科学センター(JISS)と協働で行った、オリンピックの情報集積・発信のような活動は、日本のテニス界の強化の核となりつつある。NTCを活用し、日常において、このような活動を地道に積み重ねることが、日本の強化を実現する糧になると感じている。



スポーツ立国戦略の概要

I スポーツ立国戦略の目指す姿

新たなスポーツ文化の確立

～すべての人々にスポーツを！スポーツの楽しみ・感動を分かち、支え合う社会へ～

II 基本的な考え方

1. 人（する人、観る人、支える（育てる）人）の重視

すべての人々のスポーツ機会の確保、安全・公正にスポーツを行うことができる環境の整備

2. 連携・協働の推進

- ✓ トップスポーツと地域スポーツの好循環の創出
- ✓ 新しい公共の形成等による社会全体でスポーツを支える基盤の整備

III 5つの重点戦略

① ライフステージに応じたスポーツ機会の創造

- 国民の誰もが、それぞれの体力や年齢、技術、興味・目的に応じて、いつでも、どこでも、いつでもスポーツに親しむことができる生涯スポーツ社会を実現する。
- その目標として、できるかぎり早期に、成人の週1回以上のスポーツ実施率が3人に2人（65パーセント程度）、成人の週3回以上のスポーツ実施率が3人に1人（30パーセント程度）となることを目指す。
- 豊かなスポーツライフを実現する基礎となる学校体育・運動部活動の充実を図る。

③ スポーツ界の連携・協働による「好循環」の創出

- トップスポーツと地域スポーツの好循環を創出するため、広域市町村圏（全国300箇所程度）を目安として、拠点となる総合型クラブ（「拠点クラブ」）に引退後のトップアスリートなど優れた指導者を配置する。
- 学校と地域の連携を強化し、人材の好循環を図るため、学校体育・運動部活動で活用する地域のスポーツ人材の拡充を目指す。

② 世界で競い合うトップアスリートの育成・強化

- 世界の強豪国に伍する競技力向上を図るため、ジュニア期からトップレベルに至る体系的な強化体制を構築する。
- 今後の夏季・冬季オリンピック競技大会について、それぞれ過去最多（夏季37（アテネ）、冬季10（長野））を超えるメダル数の獲得を目指す。また、オリンピック競技大会及び各世界選手権大会において、過去最多（オリンピック競技大会では、夏季52（北京）、冬季25（ソルトレークシティ））を超える入賞者数を目指す。
- さらに、将来を見据えた中・長期的な強化・育成戦略を推進する観点から、各ジュニア選手権大会のメダル獲得数の大幅増を目指す。
- トップアスリートがジュニア期から引退後まで安心して競技に専念することができる環境を整備する。
- 国際競技大会等を積極的に招致・開催し、競技力向上を含めたスポーツの振興、地域の活性化等を図る。

④ スポーツ界における透明性や公平・公正性の向上

- スポーツ団体のガバナンスを強化し、団体の管理運営の透明性を高めるとともに、スポーツ紛争の迅速・円滑な解決を支援し、公平・公正なスポーツ界を実現する。
- ドーピングのないクリーンで公正なスポーツ界を実現する。

⑤ 社会全体でスポーツを支える基盤の整備

- 地域スポーツ活動の推進により「新しい公共」の形成を促すとともに、国民のスポーツへの興味・関心を高めるための国民運動の展開や税制措置等により、社会全体でスポーツを支えるための基盤を整備する。

IV 法制度・税制・組織・財源などの体制整備

スポーツ基本法・総合的なスポーツ行政体制の検討、スポーツ振興財源の在り方 等

文部科学省ホームページ (http://www.mext.go.jp/a_menu/05_a.htm) より

プロジェクト47 ふるさとトレセン 設置趣旨書

共に創ろう「ふるさとトレセン」共に育てよう「ふるさと選手」

1. 趣旨

ふるさとトレセン活動とは、中央拠点である「味の素NTC」と連携し、各ブロックにおける独自の一貫性のある「発掘・育成・強化」プログラムを展開しつつ、同時に地元の指導者の育成の場としての機能を併せ持つ総合的な拠点活動により、都道府県でのテニス人口の増大、競技レベルの向上等総合的なテニスの活性化を目指す基盤活動です。

昨年9月、本件に関するアンケートを実施しましたが、すでに組織的に拠点活動を実施していると回答を寄せられた都道府県が20、ふるさとトレセンについて詳しい説明がほしいと16都道府県から前向きなご回答をいただきました。行政の公営施設供与便宜、国体強化施策としての支援補助金など資金的な側面や人員の配置の問題点など、各都道府県により背景、基盤が異なりますが、アンケートの総括として、設置基準のハードルを低くして、それぞれの実情に合わせた都道府県ごとの特色ある拠点作りや育成事業のサポートをすべきとの結論を得ました。

JTAと都道府県テニス協会、あるいは、味の素NTCと各行政機関によるスポーツ施策の連携構築など、ふるさとトレセンの理想像に、少しずつであっても、共に創ろう「ふるさとトレセン」共に育てよう「ふるさと選手」をスローガンとして皆さんと共に大きな第一歩を踏み出したいと思えます。

2. ふるさとトレセン支援プログラム

- ①ナショナルコーチの派遣：各ブロックの要請により、年間定期的に派遣し、選手及び指導者の育成強化を図ります。
- ②中央拠点である味の素NTCとの間で、ソフトに関する情報共有、連携強化を図ります。
- ③各地トレセンとの交流を深め、情報を共有し、トレセン活動の機能性を高めるサポートを行います。

3. 承認までのプロセス

- ①設置登録申請書の提出と受理：都道府県TAの機関決定を経てJTA全国プロジェクトに提出してください。
- ②申請ブロックアセスメント：現地にて視察、ヒアリングをします。③の推進プラン作成のためのブロックニーズ等の確認調整をします。特に、別紙承認基準(説明用)の第4項「拠点施設」については、しばらくの間、理想目標として捉えていただきたく、各条文を掲載しておきます。
- ③ふるさとトレセン推進プランの作成：立ち上げまでの推進プランをJTA全国プロジェクトに提出していただきます。
- ④ふるさとトレセンの承認：常任理事会で承認決定後、JTA認定証を発行します。

4. 申請書の提出について

- ①申請は、都道府県テニス協会の機関決定を経て、別紙申請書様式-1にてJTAに申請してください。
 - 1)提出先：JTA全国プロジェクト担当 鈴木 e-mail:suzuki@jta-tennis.or.jp
 - 2)提出期限：平成22年6月1日から7月31日までの期間で受け付けます。
- ②9月以降、申請があった都道府県担当者と視察、ヒアリングの日程等の調整を行いその日時を決定します。
- ③アンケートで、「プロジェクト47の話が聞きたい」とご回答された都道府県の皆さんには、全国プロジェクトから、担当者の方に、直接ご連絡をさせていただきます。

以上

JTAナショナルコーチング・ワークショップ

JTAナショナルコーチング・ワークショップは、日本のテニスにおける競技力をどのように強化していくのか、その方向性や課題を具体的に検討することを目的として企画され、過去3回実施されている。

各回とも、デビスカップ、フェドカップの代表監督、NTC専任コーチなど日本のテニス界で指導的立場にある人材を招き、トップチームの現状分析、世界基準へ向けての医科学的課題など、トップチームの競技力向上のためのサポートはいかにあるべきかを提言してきた。

強化と発掘を実際のものとするトレーニングセンターシステムの構築と運用、より良い指導者を育成するためのシステム、及び指導内容の構築、一流競技者の育成に欠かせないコンディショニングと医科学チェックシステムの構築と汎用など、理論をもとにした実践を常に心がけた発信をしており具体的に実現を目指して動き出した企画も多い。第3回の竹内映二ナショナルチームGMと梅林薫ナショナルTSS委員長、井上喜代志ジュニア委員会委員長、西村覚ジュニア委員会委員のセッション「これからの日本の強化を考える-連携への提言-強化システムの構築へ向けて」は画期的な企画であり、今後の日本のテニスを変えるエポックになる可能性がある。「強化指導指針Ⅲ」の作成はこのセッションの成果である。その他、オリンピックでメダルを目指す「G-project」、「コンディショニングチェック」の運用などが実現しており、味の素ナショナルトレーニングセンターを中心としたトレセンシステムも徐々に浸透しつつある。

【第1回】

テーマ：「チーム JAPAN の確立に向けて」

日 時：2007年1月6日（土）・7日（日）

場 所：青山学院大学青山キャンパス

参加人数：114名

【第1日目:2007年1月6日(土)】

内 容
開会挨拶 渡邊康二(JTA専務理事)、武藤元昭(青山学院大学学長)
チーム JAPAN「人間力」向上を目指して 小浦武志(ナショナルチームGM)
スペインテニス、強さの秘訣 -2年間のスペインでの在外研修を終えて- 植田実(フェドカップ監督)
JOC GOLD PLAN Stage II -世界トップ3を目指して- 福井烈(ナショナルチームAM)
2005、2006デビスカップ・フェドカップを終えて代表チームへのスポーツ科学的サポート 司会:岩嶋孝夫(スポーツ科学委員会副委員長) 竹内映二(デビスカップ監督)、植田実(フェドカップ監督) 田島孝彦(ナショナルチームマネージャー)、池田亮(国立スポーツ科学センター)

《パネルディスカッション》 世界のトップグループに入るためには？
ーデビスカップ・フェドカップのファイナルを日本で行うためにー
コーディネーター：梅林薫（スポーツ科学委員会委員長）、佐藤雅幸（専修大学）
パネラー：竹内映二（デビスカップ監督）、植田実（フェドカップ監督）
村上武資（ジュニア国別代表監督）、土橋登志久（早稲田大学）
馬瀬隆彦（四日市工業高校）、安藤隆（三木中学校）

【第2日目:2007年1月7日(日)】

内 容

コーチング・カフェテリア（情報・意見交換）

日本人が勝つためのある一つの方法 ー世界のトップ選手の持つ技術・戦術とは？ー
ーテニス選手のための専門的体力とは？ー

司会：高橋正則（スポーツ科学委員会委員）

竹内映二（デビスカップ監督）、梅林薫（スポーツ科学委員会委員長）

指定発言：日本人が勝つためには？

ナショナルチームのトレーナーサポート（フェドカップ）

村木良博（医事委員会委員）

パフォーマンス向上のための体力トレーニングの考え方 ー理論と実践ー

中村寛孝（スポーツ科学委員会委員）

戦術に基づいた効果的な練習法

竹内映二（デビスカップ監督）

トップ選手に対しての効果的なコーチング ー代表チームの練習法ー

駒田政史（ナショナルチームコーチ）

閉会挨拶 坂井利郎（強化企画本部本部長）

【第2回】

テーマ：「チーム JAPAN -日本の強化を振り返る 検証と今後-」

日時：2009年1月5日（月）・6日（火）

場所：味の素ナショナルトレーニングセンター

参加人数：84名

【第1日目:2009年1月5日(月)】

内	容
開会挨拶	
チーム JAPAN -日本の強化を考える-	
小浦武志(強化本部長)	
次なるオリンピックへ向けて -北京オリンピックから得られたもの-	
田島孝彦(ナショナルチームマネージャー)、池田亮(国立スポーツ科学センター)	
メディカル面からみたジュニア選手の現状と今後の対策	
-全日本ジュニアテニス選手権大会のメディカルサポートから-	
中田研(医事委員会委員)	
『トップへの道』日本のジュニアテニス選手の現状は？	
14歳以下:ワールドジュニア世界大会をみて、16歳以下:ジュニアデビス杯大会を戦って	
梅林薫(スポーツ科学委員会委員長)、谷澤英彦(ジュニアデビスカップ監督)、	
村上武資(ジュニアフェドカップ監督)、高橋仁大(スポーツ科学委員会委員)	
《パネルディスカッション》	
『日本のテニスの課題とは?』年代別にみた現状と今後の対策	
安藤隆(三木中学校監督)、迫田義次(宮崎商業高等学校監督)、土橋登志久(早稲田大学監督)、	
道上静香(ユニバーシアード女子監督)、村上武資(ジュニアフェドカップ監督)、	
西村覚(強化企画委員会委員長)	
《ディスカッション》	
「日本のテニスの強化について -現状と対策-」	
パネラー、ナショナルチーム、スポーツ科学委員会、医事委員会	

【第2日目:2009年1月6日(火)】

内	容
タレント発掘について(傑出した選手を発掘、育成するためには)	
梅林薫(スポーツ科学委員会委員長)	
ジュニア選手のコンディショニング(自己管理法について)	
村木良博(医事委員会委員)	
世界へ向けて -アジア地域を勝ち抜くためには!-	
櫻井準人(ワールドジュニア男子監督)	

ナショナルチームU14の合宿の練習方法

櫻井準人(NTC専任コーチングディレクター)

トップ選手の効果的なコーチング -理論と実際-

竹内映二(デビスカップ・オリンピック代表監督)

これからの日本の強化を考える -強化の提言-

竹内映二(デビスカップ監督)、梅林薫(スポーツ科学委員会委員長)、

西村覚(強化企画委員会委員長)

閉会挨拶

【第3回】

テーマ:「チーム JAPAN -日本の強化を考える-」

日時:2010年1月5日(火)・6日(水)

場所:味の素ナショナルトレーニングセンター

参加人数:87名

【第1日目:2010年1月5日(火)】

内 容

開会挨拶および強化本部より

ナショナルチーム -新生ナショナルチームが目指すもの-

竹内映二(ナショナルチームGM)、右近憲三(ナショナルチームAM)

ユニバーシアードチーム -セルビアの地で銅メダル獲得への道-

道上静香(ユニバーシアード女子監督)、宮地弘太郎(ユニバーシアード男子監督)

U14男子チーム -世界3位の快挙を支えたもの-

櫻井準人(ワールドジュニア男子監督)

2009 ITF Worldwide Coaches Conference -世界のトレンドに触れる-

加藤純(ナショナルコーチ)、岩嶋孝夫(ナショナルTSS)

ナショナルメソッド -効果的なテニスコーチングとは?-

竹内映二(ナショナルチームGM)、他

「日本の強化の現状を探る」テーマ別パネルディスカッション(分科会形式)

『年齢別の現状を探る -連携へ向けて-』

【中学生(15歳)以下】コーディネーター:岩嶋孝夫(ナショナルTSS)

安藤隆(中学校テニス連盟副理事長)、井上喜代志(ジュニア委員会委員長)

櫻井準人(ワールドジュニア男子監督)

【高校生(16歳)以上】コーディネーター:高橋正則(ナショナルTSS)

迫田義次(全国高体連副部長)、堀内昌一(強化副本部長/学生強化委員会委員長)、

道上静香(ユニバーシアード女子監督)、植田実(強化副本部長)

【第2日目:2010年1月6日(水)】

内 容

ダブルスの強化を考える -世界レベルの戦術と今後の強化策-
竹内映二(ナショナルチームGM)、高橋仁大(ナショナルTSS戦術分析班)

「トップアスリートのためのコンディショニングチェック」

-TSSにおけるチェックシステム構築の試み-

田島孝彦、池田亮(ナショナルTSS)

体力面:「測定とトレーニング」の考え方

梅林薫(ナショナルTSS委員長)

メディカル面:「スポーツ傷害予防とメディカルチェック実施方法」

中田研(ナショナルTSS)

コンディショニング面:日々の記録の付け方

村木良博(ナショナルTSS)

これからの日本の強化を考える -連携への提言- 『強化システムの構築へ向けて』

竹内映二(ナショナルチームGM)、梅林薫(ナショナルTSS委員長)、

井上喜代志(ジュニア委員会委員長)、西村覚(ジュニア委員会委員)

閉会挨拶

《JTAジュニア憲章》

この一球は絶対無二の一球なり、されば身心をあげて一打すべし。
この一球一打に技を磨き体力を鍛え精神力を養うべきなり。
この一打に今の自己を発揮すべし。これを庭球する心という。

福田 雅之助

1 テニスに親しむ

心身ともにたくましく育つように、スポーツ心を身につけよう。

2 テニスを楽しむ

全国の仲間とコミュニケーションを図り、テニスの輪を広げよう。

3 テニスを理解する

ルールを理解し、正しいマナーと思いやりの気持ちを養おう。

4 テニスで競う

育成・強化を通じて、お互いに競い合い、理想を追求しよう。

(財)日本テニス協会は、地域テニス協会、都府県テニス協会や全国の指導者、保護者と連携し、将来の日本を担う子供たちが、健全で活力あるスポーツ活動を行うことを願い、JTAジュニア憲章を制定する。

制定 2006年2月2日



あしがき

2010年8月、日本のスポーツ界の活性化を図る上で、文部科学省から「スポーツ立国戦略」が提唱された。またスポーツ庁も検討されており、日本におけるスポーツの環境も大きく変わろうとしている時同じくして、日本テニス協会についても、さらに魅力あるテニス界にするため、5年ぶりに強化指導指針Ⅲを発刊することになった。

優秀な競技者を育成していくには、どのようなシステムをとるべきか、これまでも考えられてきたことであるが、この強化指導指針Ⅲは、さらに「実行力のある強化指導指針」を目指して作成された。

この指針を基盤として、地域が主体性をもちながら、ナショナルとの協働で、魅力あるテニス界にしていくこと、また、強化と普及を両輪としてテニス環境を整え、テニス界を盛り上げていければと考えている。これからが正念場であり、しっかりとしたテニス界にしていきたい。

この指針をご一読いただき、忌憚のないご意見をいただければ幸いである。

強化指導指針プロジェクトチーム

強化指導指針Ⅲ - トップへの道 -

発行日 2011年3月20日

発行者 財団法人日本テニス協会

制作 強化本部・普及指導本部

強化指導指針プロジェクトチーム

編集：梅林薫（リーダー）、佐藤陽治、高橋正則、
内城寛子

委員：福井烈（強化本部長）、飯田藍（普及指導本部長）、
池田亮、井上直子、右近憲三、櫻井準人、
竹内映二、田島孝彦、西村覚、畑山雅史、
藤田聡、松原慶子、道上静香、村上武資

印刷所 有限会社ウメハラ印刷