

事業報告書

2019年1月15日

事業番号：㊟-4-㊟

事業名：教育セミナーテスト事業

報告者：井本善友

日時：2019年12月16日、1月9日 13:00~14:00

場所：ブルボンビーンズドーム 会議室

内容：パーフェクトフットワーク

派遣スタッフ

井本善友

参加選手

仁木拓人、清水悠太、岡村一成、中村錬、吉野郁哉、小西翔大、山中太陽、日比野菜緒、加藤未唯、岡村恭香、緒方葉台子、細木咲良、加藤智子、森岡きらら

活動目的

現代のスピードテニスにおいて、洗練されたフットワークは必要不可欠である。マルチダイレクション（多方向）へ自由自在に、最短時間で正確に打点に入るフットワーク。相手の時間を奪うべくステップインし、自身の体重移動を使ってボールにペースを出す。左右に動かされてもヒップローテーションを使ってボールペースを保つ（モーグルステップ）。相手の深いボールに対してバックアップしてペースを保つ、もしくはカウンターショットを放つ。不意に浅くなったボール（ネットインなど）にカットインで時間を奪う。コンマ数秒の中で様々な状況が起こることに適切に対応する為に、代表的なフットワークを幾つかピックアップし、それらの状況・技術説明とその効果を動画を使って説明する。

所感

導入部分で実際のトップの試合で起こっている状況を選手に見てもらい、選手達からそのトップ選手達がどの様に対応しているのかを聞き出して、その後パーツ毎の解説に移るべきであったと反省している。プレゼン方式ではなく、選手との対話方式により選手自身に『気づき』を促すことが、その後の自動学習を促すことに繋がり、その後の成長速度を大幅に増幅することが出来るからである。

