10倍上達する ソフトテニススクール

NPO 法人　ソフトテニス指導者協会主催

2014,5 ～

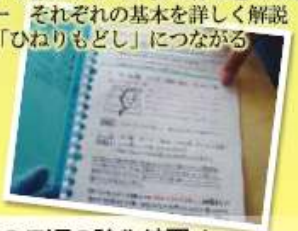
外伝！野口ノート

DVD VOL 1　0からつくるチームづくり　部活運営とチームづくり

- チームづくりの５年節
- 自主性づくりからチームの目標へ
- 明るく楽しく、そして日本一を目指すチームづくり
- 「勝つことよりも大事なことがある」「心が技術を超える」のスローガン
- 中学３年間の流れと指導法
- 選手選考とチームづくり

DVD VOL 2　技術　「１をつくる」基礎論

- 「1をつくる」が全てのプレーに通じる指導
  最初から最後まで「１をつくる」で徹底するのが初心者上達の早道
- ストローク　ボレー　ローボレー　それぞれの基本を詳しく解説
- 「1をつくる」が「ひねり」と「ひねりもどし」につながる



DVD VOL 3　技術 勝ちに行く 応用から戦略へ

- 上達と転換の到達点　ランニング引っ張り(後衛)とランニングボレー（前衛）
- 打つコースとフラフープ
- 肩胛骨と強いボール
- 様々な基本練習と前衛プレーの考え方
- 前衛のポジションと見極めの複合的練習メニュー
- 戦略とセオリー
- ポジションとネットマークの解説
- 取り味　抜き味　抜かせ技

DVD VOL 4　文大杉並高校の日頃の強化練習メニュー

- アップとトレーニング
- スコアーと指導
- 動ける前衛をつくる練習
- ファーストサーブの考え方
- 手投げで鍛える後衛練習
- クリア練習などなど

野口英一監督プロフィール

初代U-14 ナショナルチーム監督
元東京都公立中学校教員
ＮＨＫスポーツ教室に複数回解説者として出演等、テレビ出演多数
現在文化学園大学杉並中学高等学校教員ソフトテニス部監督
インターハイ準優勝１回　国体２連覇　選抜大会優勝１回
前任の日野市立第二中学校では男女ともに指導し全国大会優勝や入賞
中学都道府県対抗大会でも東京都監督として優勝など経歴多数

DVD VOL 5

■「1をつくる」の実践的検証

・半年間「1をつくる」で指導してきた中1初心者選手を野口先生に見てもらい、1ができているかどうかを検証する。

・野口流サーブ（フラット、スライス、リバース）と野口流グリップの考え方。

・どこをどう直すと修正できるのか？　野口先生の指導の貴重な視点が見えてきます。

上記DVDでは理論だけではわかりづらい指導法を、実際の初心者中学生を、どのように指導していけば良いのかという視点で作っています。VOL2との関連が強いですのでぜひ、VOL2とともにご覧下さい。動画時間65分のロングバージョンです。

DVD VOL 6

■ トップレベルでの試合のマネジメント（全中ベスト個人8の選手への指導）

高松全中個人ベスト8の選手を全中直前に見てもらって、どう戦略的に戦うべきか、ハイレベルな戦略の話を、野口先生に直々に指導してもらった様子や全中でのこのペアの戦いぶりをドキュメントでお伝えします。

試合を見ながら、前衛の働き、戦略のことなど、中学生だけでなく、トップレベル高校生への指導も収録しています。貴重な指導がたくさん見聞きすることができます。

今までのビデオには無かった新しい視点の構成です。

DVD VOL 7

■ 実践編「1をつくる」のステップアップ

２０１４年入学の新入生１年生(初心者)が「１をつくる」でソフトテニスを始めました。その１年生が中学２年生の夏になった時、その後の１年をどのような方針で過ごせば良いのか？

「１をつくる」からのステップアップとして後衛は、前衛はどのようにしていけば良いのか？

野口先生は明確なビジョンを持って今後の方針を示してくださいました。ジュニアでない選手たちの実践編として、このVOL７は必見ですし、見本として登場する世界チャンピオン高校生選手のプレーを見るだけでも価値のあるものです。

DVDの内容

・エピローグ（今までの流れと初心者中学１年生たちの成長過程）
・「１をつくる」の準備をする。
・構え（いつ、どう構えるのか）とステップ　スプリットステップも含む
・見本となる選手の動きとフォーム
・後衛の７球打ち練習メニュー
・前衛の対応　他

DVD VOL 8

■「負けないテニスを目指す」

VOL７で登場の選手たちが、さらにステップアップを目指すシリーズです。

ミスの８割が準備不足ということで、構え、ステップ、「１をつくる」をやってきた、次の段階で、どう試合に勝っていくのか？　特に初心者からスタートした中学２年生では共通してぶち当たる壁があります。それはジュニア選手にどうしてもミスの多さで負けてしまうということです。

DVDの内容

・ミスをしないための練習方法
・後衛の攻めと守り
・前衛のボレーとスマッシュ　空間認識の重要性
・野口先生のポジションの考え方（独自理論を語っていただきます）
・カットサーブの３種類の打ち方と取り方　他

ＶＯＬ１１を新規に刊行 2019/3/20

野口ノートとは

野口英一監督は、４０年の監督経験があり、その経歴は華々しいものがあります。その中で何より優れているのは、チーム作りです。「心が技術を超える」「勝つことよりも大事なことがある」などをチーム作りのポリシーとして、５年かがりでチーム作りをしていきます。

中学教員時代では男女で全中に常に導くなど活躍していますが、いずれもジュニア選手ではない中学生を育てて、そこまで成長させています。何でこんなに早く成長できるのか？その秘訣を野口先生はシンプルに「１を作る」と表現し、それを全ての技術の共通項としています。高校でも１０年連続インターハイ出場や国体２連覇など、高校ではさらにレベルアップした選手育成を成功させています。文大杉並の練習の秘訣は何なのか？練習内容から見えてくるものをくまなくお伝えします。

DVD　VOL11　　４１分　　２０１９年３月２１日発売

■ミスをしないテニスと「ポケット」ミーティング

本編は２部構成になっています。前編はミスをしないためにというテーマで野口先生のインタビューと練習風景で構成されています。その中にジュニアジャパンカップアンダー１４（女子）で優勝した選手や、アンダー１７（女子）で優勝や準優勝した現在の各世代のトップ選手が登場します。フォームや動きを見るだけでも価値のあるものです。

第２部は文大のミーティングに潜入して、野口先生のソフトテニスにおける「ポケット」の考え方の説明を受けます。高校生で皇后杯チャンプになった林田・宮下選手を例に、それぞれの選手の「ポケット」＝武器や長所の持ち方や戦略にも触れていきます。

DVD　VOL1

■０から作るチーム作り　部活運営とチーム作り

・チーム作りの５年節
・自主性作りからチームの目標へ
・明るく楽しく、そして日本一を目指すチーム作り
・「勝つことよりも大事なことがある」「心が技術を超える」のスローガン
・中学３年間の流れと指導法
・選手選考とチーム作り

DVD　VOL ２

■技術　「１をつくる」基礎論

・「１をつくる」が全てのプレーに通じる指導
　最初から最後まで「１をつくる」で徹底するのが初心者上達の早道。

・ストローク　ボレー　ローボレー　それぞれの基本を詳しく解説
・「１をつくる」が「ひねり」と「ひねりもどし」につながる。

DVD　VOL ３

■技術　勝ちに行く編　応用から戦略へ

・上達と転換の到達点　ランニング引っ張り（後衛）とランニングボレー（前衛）
・打つコースとフラフープ
・肩胛骨と強いボール
・様々な基本練習と前衛プレーの考え方
・前衛のポジションと見極めの複合的練習メニュー
・戦略とセオリー
・ポジションとネットマークの解説
・取り味　抜き味　抜かせ技

DVD　VOL4

■文大杉並高校の日頃の強化練習メニュー

・アップとトレーニング
・スコアーと指導　・動ける前衛を作る練習
・ファーストサーブの考え方　・手投げで鍛える後衛練習
・クリア練習などなど

DVD　VOL5

■「１をつくる」の実践的検証

・半年間「１をつくる」で指導してきた中１初心者選手を野口先生に見てもらい、１ができているかどうかを検証する。
・野口流サーブ（フラット、スライス、リバース）と野口流グリップの考え方
・どこをどう直すと修正できるのか？野口先生の指導の貴重な視点が見えてきます。

上記ＤＶＤでは理論だけではわかりづらい指導法を、実際の初心者中学生を、どのように指導していけば良いのかという視点で作っています。ＶＯＬ２との関連が強いですのでぜひ、ＶＯＬ２とともにご覧下さい。動画時間６５分のロングバージョンです。

DVD　VOL6

■トップレベルでの試合のマネジメント
（全中ベスト個人８の選手への指導）

高松全中個人ベスト８の選手を全中直前に見てもらって、どう戦略的に戦うべきか、ハイレベルな戦略の話を、野口先生

に直々に指導してもらった様子や全中でのこのペアの戦いぶりをドキュメントでお伝えします。
試合を見ながら、前衛の働き、戦略のことなど、中学生だけでなく、トップレベル高校生への指導も収録しています。貴重な指導がたくさん見聞きすることができます。

DVD　VOL 7

■実践編「１をつくる」のステップアップ

２０１４年入学の新入生１年生(初心者)が「１をつくる」でソフトテニスを始めました。その１年生が中学２年生の夏になった時、その後の１年をどのような方針で過ごせば良いのか？「１をつくる」からのステップアップとして後衛は、前衛はどのようにしていけば良いのか？野口先生は明確なビジョンを持って今後の方針を示してくださいました。ジュニアでない選手たちの実践編として、この VOL ７は必見ですし、見本として登場する世界

チャンピオン高校生選手のプレーを見るだけでも価値のあるものです。

DVD の内容

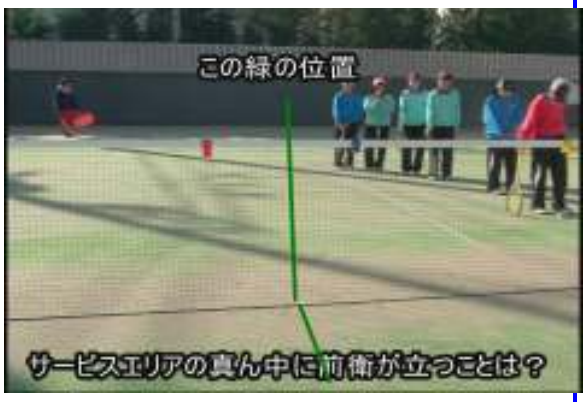
・エピローグ（今までの流れと初心者中学１年生たちの成長過程）
・「１をつくる」の準備をする。
・構え（いつ、どう構えるのか）とステップ　スプリットステップも含む
・見本となる選手の動きとフォーム
・後衛の７球打ち練習メニュー

・前衛の対応　他

DVD　VOL ８

DVD ６７分

■「負けないテニスを目指す」



　ＶＯＬ７で登場の選手たちが、さらにステップアップを目指すシリーズです。ミスの８割が準備不足ということで、構え、ステップ、「１をつくる」をやってきた、次の段階で、どう試合に勝っていくのか？特に初心者からスタートした中学２年生では共通してぶち当たる壁があります。それはジュニア選手にどうしてもミスの多さで負けてしまうということでうす。

主な「DVD の内容」

・ミスをしないための練習方法
・後衛の攻めと守り
・前衛のボレーとスマッシュ　空間認識の重要性
・野口先生のポジションの考え方（独自理論を語っていただきます）
・カットサーブの３種類の打ち方と取り方
・他

DVD　VOL9

■勝つためのレベルアップ　DVD ６４分

・中学から高校へ　その差は何か？
・序盤、中盤、終盤の野口流試合の戦略
・「受け」と「攻め」、そしてどう転換するか
・後衛のレベルアップ、前衛のレベルアップ
・トップ高校生、林田選手のストローク
・トップ中学生と林田選手のシングルス対戦

　このＶＯＬ９はＶＯＬ５．７．８の連続シリーズとも言えるもので、野口先生の技術的定石の「１をつくる」の実践版集大成ともいうべきものです。中１の初心者が中３になった時に、試合に勝つためにどのような技術と戦略が必要なのか、それを野口先生が常に用いて

いる、試合の中での序盤、中盤、終盤という考え方や「受け」を「攻め」に転換するという、野口流の真髄にせまる１本です。
　全日本シングルスに高校生ながら準優勝、ハイジャパダブルス優勝など、超高校級の活躍をしている林田選手のフォームやアンダー１４の中学生とのシングルスの試合を通じて野口先生に、林田選手の良さを解説してもらいました。

野口ノート VOL10　「時間を奪う配球と戦略」 DVD ６５分

　戦略的にチームを強くする内容です。
　２年ぶりの満を持しての野口ノート新講座です。

「内容」
- **時間を奪う後衛の配球**
- **前衛の役割と動き**
- **心理戦「２の法則」**
- **必要な技術　縦面を使うショートスマッシュ　前衛のコース読み**
- **フォーム考察　文大の現役選手たちと理想的なフォームの林田選手**

今回の DVD は、本来ならば２巻でお伝えする濃い内容ながら、６５分の DVD の講座にまとめました。

野口先生は前衛を育てることに定評がありますが、その秘けつ満杯の内容になりました。

実際に指導してもらったのは中学生ですので、中学指導にも通用する内容になっていますし、男女の差なども考慮した内容ですので、男子にも通用する内容です。

２０１８年インハイ個人戦で優勝した選手達も登場します。スロー映像などのあって、見るだけも参考になりますが、さらに野口先生がフォームの解説をしています。

DVD　特別編　野口先生講習会編

このDVDは２０１６年１０月、インターハイと国体を完全制覇した直後の講習会の様子を収めたものです。参加総勢３００名を超える大講習会で、野口先生は参加した中学生や指導者の方々にわかりやすい指導を７時間に渡って解説していただきました。

　文大杉並でアシスタントとして参加した選手も団体レギュラーであり、インハイ個人戦１位～３位を独占した選手たちで、途中も模範試合は文字通り日本一の試合の模様でした。このDVDでは、７時間の講習会を５８分にまとめたものです。全部ではなく、特色ある部分を凝縮してお送りします。

「DVDの内容」５８分

・「１をつくる」ができるまでのストーリーと中学生向け講習
・模範試合　ダブルス（ダブル後衛の戦い方と攻略方法）
・模範試合　シングルス（日本一高校生のシングルス）
・上の感覚を見極めて前衛にする
・相手のコースをどう予測するか、その練習方法の３０球ボレー
・前衛の動き出しはどうすればいいのか
・テイクバック（日本一後衛の選手を例に）

【料金】

~~VOL 1＝6、480円~~
~~VOL 2＝6、480円~~
~~VOL 3＝6、480円~~
~~VOL 4＝6、480円~~
~~VOL 5＝6、480円~~
~~VOL 6＝6、480円~~
~~VOL 7＝6、480円~~
~~VOL 8＝6、480円~~
~~VOL 9＝6、480円~~

~~VOL１０＝８、６４０円~~
~~番外編（講習会２０１６）＝４、９８０円~~
~~VOL１１＝６、４８０円~~

~~VOL１１＝６、４８０円~~

最終キャンペーン４、０００円　（全巻）
（キャンペーンは２０２１年１月３１日までとなります）
さらに
VOL １～１１＋講習会の１２巻同時お申し込みの場合、割引で、
４６、８００円となります。（料金はいずれも後払い、振込手数料と送料・税込の金額です）

http://echigo.sakura.ne.jp/school/noguchiall.pdf

料金支払いは後納。ＤＶＤ等と一緒に郵便振込用紙（手数料無料）を同封させていただきますので、そちらで到着後１０日以内にお振り込みください。キャンセルする場合は 10 日以内に返送してください。銀行口座もお知らせしますので、口座振込でもＯＫです。ただし銀行口座振り込み手数料は購入者負担となります。

「注意事項」
お送りする DVD は学校の部活動内、少年団などのメンバーの決まっている社会体育クラブ等で活用する場合は視聴可能とします。DVD のコピーは禁止ですので、コピー配布は絶対に行わないでください。（著作権法に抵触します）また、テニススクールや不特定相手の講習会等で使用する場合は原則禁止です。

【申し込み方法】以下の３通りになります。
①インターネットで申し込む（以下アドレスから申し込みフォームで申し込みください）
http://echigo.sakura.ne.jp/noguchi/postmail.html
② FAX で申し込む　右番号に送信してください　**020-4667-3480**
③ YAHOO ショッピング http://store.shopping.yahoo.co.jp/10softtennis/

●『問い合わせ先』
ＮＰＯ法人ソフトテニス指導者協会
oyahisa@aol.com　fax 020-4667-3480
http://echigo.sakura.ne.jp/contact/postmail.html　問い合わせフォーム
http://echigo.sakura.ne.jp/school/　スクールホーム　その他の講座のご案内
http://echigo.sakura.ne.jp/komon/　中学生ソフトテニス顧問のページ

－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－

NPO 法人　ソフトテニス指導者協会宛　　ＦＡＸ **020-4667-3480**

申し込み用紙（ＦＡＸ用）です。別紙なしで、このまま送ってください。

１０倍上達するソフトテニススクール　野口ノート申し込み

会員番号	
お名前	

←すでにスクール会員の方は記入してください。新規の方は新規と記入してください（番号不明の方は番号不明とお書き下さい）

〒　　　－	住所
メールアドレス	
電話番号	
ＦＡＸ	

＊電話番号は必ず記入してください。メールアドレスかＦＡＸ番号はどちらか必ず記入してください。

＊希望の所に〇を付けてください。
全回とはＶＯＬ１、２、３，４、５、６、７、８、９、１０、１１、講習会の１２巻同時申し込みになります。

野口ノート	VOL1	VOL2	VOL3	VOL4	VOL5	VOL6	VOL7	VOL8	VOL9	VOL10	VOL11
	講習会編	全１２巻同時									
	総集編										