

10倍上達するソフトテニススクール 特別講座

以下はそれぞれの講座で完結するものです。DVDと解説レポートから構成されます。すべてお勧めです。内容は第一期でお伝えしてこなかったものも、一部お伝えしてきたものも含まれます。いずれも長い時間と経費をかけて制作させていただいたものばかりです。貴重な映像も含まれます。

(平成 24 年 3 月 20 日改訂)

【特別講座 1】 マスターしよう。 発行中 韓国バック完璧編(紙面+DVD)

日本式バックと韓国バックの違い、韓国バックの打ち方を実業団選手による講習会、ジュニア国際大会での韓国選手のバック、2011 世界選手権での映像などから、韓国バックの打ち方を詳細にお伝えします。実際に韓国まで行って確かめてきました。必見です。DVDの長さは全部で35分ほどです。レポート付きです。特にチェックシートはそれをクリアするだけで韓国バックが完成するという代物です。



内 容

- ・マスター！韓国式バック DVD 35分
- ・韓国バックレポート A4カラー15ページ
- ・日本式を意識したバック上達のポイント A4カラー4ページ
- ・韓国式バック指導マニュアル A4白黒5ページ
- ・バックハンドチェックカード A4カラー1枚

5、200円

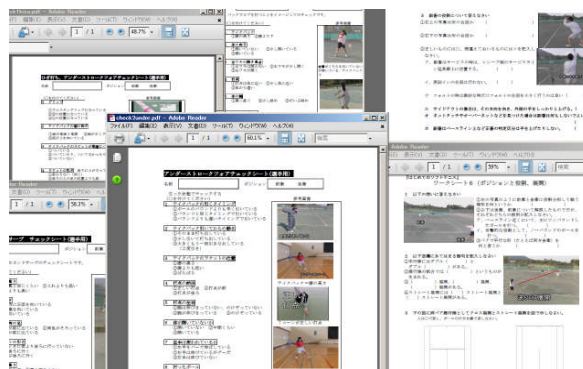
【特別講座 2】 最初はこれ1本で完璧 発行中 はじめてのソフトテニス(紙面+DVD)



はじめてソフトテニスに関わる顧問の先生、ソフトテニスをはじめてばかりの選手、自分のお子さんがソフトテニスをやっているけどソフトテニス自体がよくわからない保護者の方、こういう方々対象に、ソフトテニスとはどのようなスポーツか、試合のやり方、審判のやり方、ルール、グリップや打ち方などの基本的な技術から、試合の展開までをトータルでお伝えします。

「これ1本で、ソフトテニスのすべてがわかる」というものです。たとえば初心者の新入部員に最初に見せるビデオとしては

「最適」です。DVDの長さは45分ほどです。DVDに加え、ルールを記したプリントや技術面でのわかりやすいレポートが27ページのボリューム版です。プリントアウトしやすいようにPDFをインターネットにも掲載しています。ワークシートやチェックシートのプリントは選手にそのまま配布OKです。プリントDVDの出演はすべて中学生です。



ワークシート&チェックシート

- ・はじめてのソフトテニス DVD 45分
- ・レポート はじめてのソフトテニス 17ページ
- ・ワークシート1～6および解答で合計6枚
- ・チェックシート 4種類 それぞれ1枚ずつ

5、200円

【特別講座3】 左利きを130%生かす

発行中

左利きだけのスペシャル(紙面+DVD)

左利きは、右利きとフォアもバックも逆になるため練習のやり方も、教える側はどうしても後回しになりがちです。そのため、変な癖がついてしまっても気づかずに過ごしてしまうことも多くあります。ソフトテニスにおいて、左利きは、右利きよりも有利と言われます。その有利さを理解できていない選手や指導者も多いのが現状です。多くの左利き選手を見てきた経験から、その指導方法とメリットをお伝えしていきます。左利き選手は貴重な存在です。その生かし方を戦術や技術をじっくりと惜しみなくお伝えしていきます。はじめて左利きだけに焦点をあてました。出演する選手もよい見本となる選手が中心です。



内 容

- ・左利きスペシャル DVD 33分
- ・レポート 左利きスペシャル14ページ
- ・指導マニュアル 2ページ
- ・チェックシート 4種類 それぞれ1枚ずつ

5、200円

【特別講座4】 ソフトテニス「部活運営マニュアル」

平成24年4月5日刊行

「心構え」や「精神論」ではなく、運営上の技術的なマニュアルを目指してこの部活運営マニュアルを製作しています。部活動を語る書籍や文章は、**大きく二極化されます**。指導要領的な文科省的なもの、部活を熱く語った熱血型です。部活動の現状をルポしたものなども少数ですがありますが、そのほとんどは後者の熱血型のようです。そのどちらにも属さない、実用的でクールな運営マニュアルを作成しました。初めて顧問をやられる方から、経験年数の多い方々いずれもカバーできる内容になっています。主な目次は以下の通りです。

この回のDVDはあくまで補助です。メインは紙面になります。

内容はファイリングしたマニュアル紙面約70ページ相当と内容を補足するDVD、目標シート1種類、部活日誌(数種類)になります。なお、第2期申し込み済みの方で部活運営マニュアルをすでにお持ちの方は追加情報分を追加購入いただけます。**DVDの内容**は、部活運営の大まかな流れやテクニック、紙面でご紹介している練習方法などを掲載しています。スクール第1期と重なる部分もありますので、あらかじめご了承ください。

内 容

- I はじめに
- II いまどきの部活動 現状と指導者の立場
- III 役立つ本
- IV 中学ソフトテニスの世界
- V 勝つ部活動、負ける部活動
国的な強豪校である学校の例
勝てないチームは、観察してみると
「トレーニングが多いチームは弱い」
- VI 保護者会で何をどう決めれば良いのか？
 - 1 はじめに 父親が見に来ている。
 - 2 保護者との契約 「行動契約」
 - 3 何を決めれば良いのか
 - (1) 保護者の窓口を決める
 - (2) 保護者会で決めること
 - ①：4月から6月までの3ヶ月間の活動方針を示す
 - ②：その為に保護者に協力してほしいことを具体的に示す
 - ③：その為に必要な取り決めを行う
 - ア、お金のことを決めます。
共同購入のススメ
 - イ 送迎のことを取り決めます
事故時の申し合わせ事項
 - ④：その為に保護者の役割分担を決定する。
 - ⑤：どうコミュニケーションをとるかを考える
 - ⑥：学習に対する考え方を示す。

- 4 保護者会のレジュメ
- 5 社会体育クラブ化、保護者会活用型
 - (1) 部活動の現状
 - (2) 社会体育化
 - (3) 保護者会を活用する
- VII 「部活をやめたい」
 - 本当の理由とは人間関係
 - ・事前防御
 - ・応急処置
 - 練習パートナーやグループ分けは指定
 - 部活内の組織
 - 応急処置
- VIII 書くと実現する
 - 1 目標を書く
 - 2 日々の活動を書く
- IX 日々の練習に関する考え方
 - 1 PDCAサイクル
 - 2 競争原理を導入する
 - (1) 校内リーグ表から
 - (2) リーグのやり方(例1)
 - (3) 強豪高校の選手選考
 - (4) 選手選考は監督の責任
 - (5) 練習メニューの考え方
 - (6) トレーニングの「S」「A」「Q」
 - ①S(スピード)のトレーニング
 - ②アジリティは右に行ったり左に行ったり
 - ③アジリティは遊びの中にいっぱいある
 - ④遊びの中でトレーニング
 - (7) 効果のある練習メニュー(試合以外)をいくつか紹介
 - ①楽しんで行う!卓球ダブルス形式練習
 - ②多人数でできる効率のよい練習メニュー
- X 試合に向けて
 - 1 大事な大会で調子のピークをもっていく方法
 - 2 試合前の公式練習とアップで何をするか
 - 3 団体戦のオーダーとチーム作り
- XI 指導者のフォーカス

(無料版からの追加内容15ページ)

 - 1 練習メニューの構成について
 - 2 練習試合や遠征について
 - 3 どんなチーム作りを目指すのか
 - (1) トランス状態のチームを作る手法
 - (2) 追い込み型
 - (3) 技術・戦術追求型
 - 4 夢って何だろう
 - 5 最後に

講座4は新規受講の場合 **紙面＋DVDで5,200円**です。

マニュアルの無料版をお持ちの方は **追加紙面と目標シート1種類、部活日誌(数種類)＋DVDで1,980円**となります。追加の場合はファイリングするファイルはつきません。
(いずれも送料と振込手数料込みです)

【特別講座5】中学生シングルス戦の戦い方と強化のための練習方法

現在準備中!(5月中旬に発送予定)準備中

平成24年度から本格導入が見込まれる中学生のシングルスに焦点をあてます。シングルス戦は、ただストロークは上手というだけでは、勝てません。勝つための戦術があります。定石から応用までを披露します。例えば、自分の打つボールが早ければその分、リターンも早くなって、自分が戻る時間を確保できません。その為のポジション取りも大事になってきますが、時間稼ぎの戦法も重要になります。こういったシングルス独特の事柄や、シングルス戦のための練習をしながら、ストローク力も身につけて、ダブルスにも役立てるという好循環を目指した練習方法も目指します。

【料金】

DVD+紙面 1講座=5、200円

(料金は後払い、振込手数料と送料込のお値段です)

料金支払いは、後払い。DVD等と一緒に郵便振込用紙(送金代金無料)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。

【申し込み方法】は以下の2通りになります。

- ・インターネット(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/ssss/postmail.html>

- ・FAX 020-4667-3480

●『問い合わせ先』

中学生ソフトテニス顧問の会 〒959-1234 新潟県燕市南6丁目6-7

oyahisa@aol.com fax 020-4667-3480 担当:大屋

<http://echigo.sakura.ne.jp/jistc/>

<http://echigo.sakura.ne.jp/komon/>

-----切り取り-----
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 特別講座申し込み

会員番号		←すでにスクール会員の方は記入してください。
お名前		
〒	—	住所
メールアドレス		
電話番号		

*希望の所に○を付けてください。

申し込み講座	特別講座1	特別講座2	特別講座3	特別講座4	特別講座5
--------	-------	-------	-------	-------	-------

*特別講座4(部活運営)の追加のみを申し込みの方は以下に○をつけてください。

*特別講座4の追加紙面とDVD

*↑無料版をお持ちでない方はお申し込みいただけません。