

ネット型（硬式テニス）

諏訪教育会 体育・保健体育委員会

1. 実施日 8月 3日（水）
2. 参加者 教育会会員15名
3. 講師 清水 佑司先生（諏訪南中学校教諭）
4. 実施内容

- ①「ネット型」ゲームといえば「集団ネット型」である「バレーボール」をどの学校でも行っている。しかし、幅広い運動経験をさせるために、「対人ネット型」である「テニス」を教材化するとしたらどうするか？を考える。
- ②参加者一人一人の硬式テニスの技能を高められるようにする。



5. 研修の様子及び参加者の声



平地では猛暑でありましたが、原村は、太陽の光は眩しく、暑かったものの、高原を吹き渡る風は涼しく、体を動かすには絶好のコンディションの中、参加者・委員とも、心地よく運動を楽しむことができました。

諏訪南中学校の教諭の清水佑司先生にコーチをお願いし、ラケットの持ち方といった初歩の初歩から、フォア・バックといったボールの打ち方など、

マンツーマンで丁寧に教えていただきました。常連の先生から初参加の先生、初めてラケットを持った先生と様々でしたが、先生方の「上達したい」と、いう意欲と、清水先生のポイントを突いた、分かりやすく丁寧な指導のお陰で、どんどん上達していく先生方。始めは、あっちへ飛ばし、こっちへ飛ばし方向が定まらなかった先生方も、相手コートへしっかりとボールを返すことができるようになりました。そして、時計を見るとすでに終了時間。時間を忘れ、まさに運動にのめり込むことができました。

参加者の声

- ・ 2・3年前に参加をしましたが、久しぶりに「テニスをやりたい」と、思い参加させていただきました。そして、高原の風を感じ、心地よい汗を流すことができました。清水先生の丁寧な指導のお陰で、時間を忘れてテニスに没頭することができました。来年も参加をしたいです！
- ・ 初めてラケットを持ちテニスという競技を行いました。始めは不安もありましたが、清水先生に基本をしっかり教えていただき、相手コートへボールが返ったときの楽しさと心地よさを味わうことができました。これからすぐに、マイラケットを購入しに行きたいです。
- ・ 高原の風に吹かれテニスをする心地よさを、もっと多くの方に味わってみたいと思いました。今後は、参加者が益々増え、仲間の輪が広がると良いと感じました。

6. 成果及び反省

- ①講師の清水先生が適確に指導をして頂いた。来年もお願いしたい。
- ②暑い平地とは違い、高原の心地よい風を感じながら運動に親しむことができた。また、先生方の親睦も深められた。来年も、この研修を行っていきたい。
- ③様々な職種の先生にも来て頂き、参加者の輪が広がった。反面、もう少し研修会をアピールして、「たくさんの人に来てもらえると良かった！」と、いう反省もあった。