

テニス競技力向上にコーチングが及ぼす影響  
～指導者の言語が選手に与える影響～  
加藤 博基 (競技スポーツ学科 コーチングコース)  
指導教員 植田 実

キーワード：言語 テニス 指導 やる気

### 1. 緒言

コーチングにおいてアドバイスは、その選手の競技力向上に及ぼす影響は大きい。そのアドバイスには視覚によるもの、聴覚によるもの、触覚によるものがあるが、今回はその中の聴覚によるもの、すなわち「言語」で行うものに焦点を当てる。

言語は指導者の言葉となり、選手に伝わる。言語には、選手のやる気を上げるものもあれば、下げるものもある。また、指導者からの言葉は、選手に対して大きな影響を与える(矢澤久史 2007、高畑好秀 2009)。

そこで本研究では、テニス指導において、どのような言葉が選手の競技力向上に効果的か調査し、今後のテニス指導に生かすことを目的とする。

### 2. 研究方法

《対象》

大阪府立高等学校テニス部員男女計 70 名。

《方法》

アンケート調査を実施。アンケート内容は、

①試合前、中、後②練習前、中、後③自由記述の 3 つのカテゴリーに分けた。

### 3. 結果と考察

アンケートの結果から、試合前・試合中は選手自身が試合で使えるようなアドバイスや、自信をもたせるような言葉を、試合後は試合での良かったところ・悪かったところ両方を選手に伝える。また、練習前は選手を鼓舞させるような言葉を、練習中は一人ひとりを見てのアドバイス、練習後はその日一日の技術面や練習態度などの総評。これらを選手は必要としていると考えられる。以上の結果から、

これらを選手に伝えることで、選手のやる気向上に大きくつながるということが導き出された。このように、選手はそれぞれの場面で状況に応じたアドバイスを指導者に求めていることが明らかとなった。また指導者から、「何も言われたい」という設問に対し、「不安になる」という回答が男子選手 (15%) よりも女子選手 (56%) のほうが多かった。このことから、男子選手より女子選手の方が指導者に依存しやすいと考えられる。

### 4. 結論

本研究によりテニス競技において、試合時・練習時などの場面や状況によって、指導者のどのような言語が選手に影響を及ぼすかということを確認することができた。

これらの言語に、緒言で挙げた視覚や触覚によるアドバイスも同時に行うことで、言語に更に大きな意味をもたせることができるであろう。指導者の言語技術向上は、選手の競技力向上につながると確信している。

引用・参考文献

①文部科学省

運動部活動の在り方に関する調査研究報告  
(中学生・高校生のスポーツ活動に関する調査研究協力者会議)

[www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chousa/sports/001/toushin/971201.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/sports/001/toushin/971201.htm)

②高畑好秀 (2009) 生徒を主役にする！クラブ活動コーチング

③矢澤久史 (2007) 指導者の言葉かけが子どものやる気と認知に及ぼす影響, 東海学院大学紀要, pp.211～217.