

コーチングが選手に与える影響に関する一考察  
- テニスのプレースタイル別コーチングアプローチについて -

安藤 有紀 (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：コーチングアプローチ プレースタイル 影響

### 1. 緒言

テニスにはプレースタイルが存在し、ベースライン型・ネット型・併用型の3つに分類されている。

著者の現在のプレースタイルはベースライン型である。これを確立した背景には中学・高校時代に受けたコーチングアプローチが大きく影響していると考えている。俵(2003)は「将来いいプレイヤーになるには、ゴールデンエイジ期に受ける技術や戦術と同時に判断力を養うための指導が必要である。」と述べている。

以上のことから、プレースタイルの確立には選手が最初に受けたコーチングアプローチが大きく影響していると考えられる。そして、強い選手を輩出するには、ジュニア期に行うコーチングアプローチが最も重要である。

本研究では、コーチングアプローチ(技術的要因・心理的要因・身体的要因・環境的要因・選手の思考)が、選手のプレースタイル確立にどのような影響を与えるのかを明らかにすることを目的とした。

### 2. 研究方法

本学硬式テニス部男子7名にインタビュー調査を実施した。1人につき約40分で被験者が受けてきた指導方法や影響を調査。それらを3つの型に分類し分析・考察を行った。

### 3. 結果と考察

結果では、被験者が受けてきた指導方法と技術的要因・心理的要因・身体的要因・環境的要

因を要約した。

まず、ベースライン型と併用型のコーチングアプローチについては、基礎技術が確立するまではどちらの型も基本的な球出し練習を取入れていた。ストローク型は基礎技術が確立後も球出し練習が主体となっていることがわかった。一方で、併用型は対人練習が主体となっていた。基礎技術が確立後は選手の競技力向上を図るために、対人練習に切り替える必要があると考える。また、今回の調査では、ネット型が存在しなかった。理由として、被験者のほとんどがネットプレーに対する苦手意識が強く、ストロークに自信があることが一因である。

プレースタイルの確立には被験者の得意意識や苦手意識による技術の変化、周囲の選手によるプレースタイルの影響、理想のプレースタイルなどが関与している。

### 4. まとめ

本研究では、コーチングアプローチが選手のプレースタイルの確立に大きな影響を与える事がわかった。加えて、技術的要因・環境的要因や自身の思考も大きく関与しているといえる。今後テニスの指導を行う上で、基礎技術確立後すぐに対人練習に切り替えることがレベルアップにつながるものである。

### 引用・参考文献

1) 俵尚申(2003) スポーツにおけるコーチング考察 嘉悦大学研究論集 46(1),p189~p209,