

令和5年度第2回名古屋北支部高校指導者講習会

講師：中口 直人氏

参加者：指導者13名 生徒38名 計51名

日時：令和5年12月10日（日）9：00～12：30

場所：春日井泉高校体育館

「テーマ」は「地区予選を勝ち上がり、県大会に出場するためにはどうするか」というテーマで実施しました。今回お招きした中口講師は全国でも活躍するジュニアを指導されており、その中口講師に上級者に立ち向かうための必要なことを教えていただきました。具体的には歩数を少なくするためにサイドステップとジャンプを使うことや肘の使い方、ディセプションのやり方、シングルスにおけるサイドスマッシュレシーブの足の使い方でした。これまでの指導方法では「よりよい体勢で打つ」ことに重きを置いていたところをまずはリターンしておき、打った後に「よりよい体勢で待つ」ことに変えていく必要があるとのことでした。相手を追い込むためにはどのくらいの低い空間を使うのか、またその空間に打たれたときにどう打つと追い込まれないかなど質の高い内容となりました。次の総体予選に向けてさらにレベルアップができるようこの練習を学校へ持ち帰り、冬休み・春休みに反復練習していきたいと思いました。

