



生徒の技術向上のために効果的な評価を

コリー・ケスナー

プレイヤーの技術向上の手助けをすることは、コーチとして重要な仕事です。生徒の技術向上のためには次の4点を考えましょう。

1. まず、プレイヤーの技術評価をすることです。こうすることで、生徒のプレーの傾向がわかるのです。
2. 評価を基にして、生徒自身が欠点や技術について認識できるようでなければなりません。
3. 生徒自身が、改良計画に積極的に携わらなければなりません。コーチと一緒にあって、改良のための計画を作るのです。
4. 進歩の度合いを見るために、適宜再評価を受けなければなりません。そのための日にちを決めておきましょう。

こういった手法は、上級レベルのプレイヤーによく用いられますが、中級レベルのプレイヤーにも使えます。実際、改良の余地の沢山ある中級レベルのプレイヤーにとっては、より大きなインパクトとなるでしょう。上級レベルのプレイヤーの場合は、ほんのちょっとしたヒントを求めている場合が多いのです。それに比べて、中級レベルのプレイヤーは乾いたスポンジのようなものなのです。レベルが中級であれ上級であれ、向上は「評価」から始まります。

初診の内容が技術向上の成否の鍵を握ります。適切な評価なしでは、プレイヤーはどうかやったら上手くなるのか。あるいは、何を直さなければいけないのかがわかりません。それはちょうど、お医者さんの診断に似ています。お医者さんは、その患者の症状を良くするためには、適切で十分な診断を行います。

「ボレーの打ち方が悪いです。」というだけでは効果的な診断とはいえません。それよりも、「あなたのボレーを見ていると、グリップチェンジにとまどっているようですね。コンチネンタルグリップを覚えれば、フォアハンドもバックハンドも同じグリップで打つことができます。そうすれば、今のようなどまどいは無くなるでしょう。私の言っている意味が分かるように、ボールを出すので打ってみてください。」という評価をすると、問題点も解決策も伝えていますね。

生徒の評価は、NTRP レイティングの評価のように、試合の場面を見て行うべきです。練習でどれだけ上手くできても、試合で使えるかどうか問題なのです。試合が出来るレベルになった生徒が、同程度の相手と試合をしているところの評価をするべきです。いかに3.0のプレイヤーとして良いショットを打っても、5.0のプレイヤーが相手ではどうしようもないでしょう。

レポートカード形式の評価表を作り、生徒の達成状況がわかるようにしましょう。生徒のどのショットが武器で、どれがニュートラルなショットで、どれが弱点なのかを分類しましょう。また、異なったプレースタイルの相手への対処状況や、精神面の状況（メンタル・タフネス）も記しておきましょう。

プレーヤーの評価をする場合は、プレー全体を見るのが肝心です。それぞれのストロークの評価を行います。どのショットが武器であり、どこが弱点なのか、何がニュートラル（中庸）なのかを知ることが必要です。このような基礎情報を基にして、プレーヤーの全体像を描くことができるのです。プレッシャーの中でも使える“go-shot”は「武器」といえます。弱点ではないけれども、それだけでポイントをとることはできない“ニュートラルショット”は「武器」とはいえません。状況の善し悪しに関わらず崩れやすいショットは「弱点」です。

こうしてまとめた基礎評価をもとにして、なぜそのような評価を下したのかを説明しましょう。こうすることで、プレーヤーは自分のテニスについての理解がより深まるのです。良い情報を与えられれば、生徒の上達の可能性は広がるのです。その評価を基にして、プレーヤーが何を練習したらよいかをまとめるのです。評価表を用いることが、あなたにとって、以下の場面で有用となります。

1. レッソンの計画が立てやすくなるのと同時に、何を練習したら次のステップを目標せるのかを生徒に示すことができます。コートに立って、「さて、何を練習したいですか？」という質問から始めるのではなく、「この間の内容を覚えていますよね。まず、フォアハンドボレーの練習をしましょう。あなたが、4.0のレベルを目指すのに必要な技術をいくつかの方法で練習しましょう。」という会話から始められるのです。こうすることで、生徒は「コーチは、自分のことを良く理解してくれていて、上達のための手法を考えてくれている。」と思い、あなたへの信頼感が増すでしょう。
2. プレーヤーの上達の度合いを測る尺度となります。評価をすることで、目標の設定をするわけで、適宜、達成度をチェックするための再評価を行います。生徒自身が達成を実感すれば、そうしてくれたあなたのことを、彼らの友人に吹聴するでしょう。
3. 評価表をデータベース化することで、データのソートや検索ができます。仮に、「ボレーが苦手な生徒」という項目で検索をかければ、該当する生徒の名前が出てきます。それを基に、彼らを対象とした「ボレー・クリニック」を企画することができます。

「評価」をすることで生徒は何を得られるのでしょうか。

1. 生徒は、自分の技術をパズルの部分部分としてしか把握していないかもしれません。あなたが、それぞれの部分を組み合わせるとどんな結果になるのかを示してあげることで、彼らは、「ボレーでは、膝をもっと曲げて。」とか、「バックハンドを打つときに顔を上げないように。」といった注意に、ただ忠実にレッスンを受けるだけではなくるのです。その練習がどんな結果に結びつくのかを理解し始めているので、「打ち方の練習をしている」というだけの認識ではなくなるのです。
2. 生徒自身も、自分の上達に関与する機会ができるのです。コーチと一緒に考えて、ただ、毎週レッスンに来るだけではなく、自分の上達に積極的に関わっているのです。自分が何をすればよいのかわかっているのです。毎週のレッスンにより意欲的に取り組むようになるでしょう。

生徒は、評価を受け、どこを直せばよいかを示され、目標を達成するための改良計画もできあがりました。計画には、目標達成にはどのくらいの時間が必要で、次の評価がいつになるかも記載しましょう。再評価をすることで、どのくらいの進歩があったかを知ることができます。再評価の際には、上達のために生徒がどのくらい頑張ってきたかを前向きに評価し、その上で、どうすればもっと上達するかを、より前向きな表現で伝えるように

します。ここで一つのサイクルが終わり、次のサイクルのスタートになるのです。

効果的な評価が、技術が生かせるようになるかどうかの鍵を握ります。生徒には、どこを直す必要があり、そのためには何をしなければならないか、また、その目標からずれていないかを確認できるようにすることが必要です。生徒の学習効果を向上させ、彼らがベストなプレーができるように、あなたの指導内容を見直してみましょう。

【筆者略歴】 ニューヨーク州マウント・キスコにあるソーミル・クラブのテニスプロで、夏の間は、マサチューセッツ州ヒンスデールのキャンプ・タコニックのテニスのアシスタントディレクターとして働いている。PTR 認定プロフェッショナルであり、クラブや学校やキャンプでの特別クリニック開催の要請に応じている。

【翻訳・監修：鈴木真一*PTR ナショナルレクター/ナショナルレクター委員会委員/千葉県柏市 アト・イン桜テニススクール代表】