

“PLAY&STAY”ってなあに？

PLAY&STAY は国際テニス連盟が立ち上げたプログラムです。日本では 2009 年から取り入れられています。

このプログラムでは老若男女を問わず「テニスは簡単で楽しい」と感じてもらうために、4種類の速度の緩やかなボールと、広さの違うコートとネットの高さ、長さの異なるラケットが用意されています。小さな子ども達だけのプログラムではなく成人版もあります。

しかし、まだ日本の指導の中には、参加者を列に並ばせて誰もいないコートにボールを打ちっぱなしにしていることがあります。これではショットのテクニックを教えるばかりで、相手とのラリーの楽しさやゲームを楽しむ機会を失ってしまいます。

PLAY&STAY では2人ひと組でまたチームで、ラリーを大切にしています。ラリーを可能とするために、まず短い距離から行い少しずつ距離を伸ばしていきます。

PLAY&STAY は楽しみながら戦術と打ち方の両方を習得できるプログラムです。

“子どもたちに伝えたい5つの心”

また PLAY&STAY プログラムを通して5つの心を伝えていきます。

「優しい心」

協力してラリーをする時は、厳しいボールが飛んできて相手にも打ちやすいボールを返球するように学びます。戦術を学ぶ場合にも、一方は相手に確実に返球するプログラムもあります。相手のことを考える「優しい心」はこんなことから生まれてきます。親子でプレーする時も、親を負かそうととんでもない方向に打つことをなくしていきましょう。

「集中する心」「あきらめない心」

ラリーを続けることで集中してきます。また、チームでラリーをする機会を設けることで、協力しながらあきらめずにラリーを続けるように言ってあげます。一番長くラリーが続いたチームにはみんなで拍手をしてたたえましょう。

「感謝する心」

テニスは1人ではできません。練習や試合を始める時には「お願いします」終わった時には「ありがとうございました」と感謝の気持ちをもってあいさつすることを学びます。毎回積み重ねて感謝の気持ちを育みましょう。

「自律する心」

マナーやルールを守ることを話しましょう。守れない時には「相手の立場だったらどう感じるか？」「どうすればいいか？」話し合っていくしましょう。やがて自分の立てた規律にしたがって行動することができるようになります。