

「第5次普及指導中期計画」(R3～5年度)

青森県ソフトテニス連盟

1. 目的

日本ソフトテニス連盟「競技者育成プログラム」を基本理念とし、青森県独自の長期選手育成システム(小学生～社会人)を確立し運用推進することを目的とする。また、競技者の底辺拡大を意図した普及振興策の立案・推進し、各カテゴリー指導者の養成を図り連携体制を構築運用することを目的とする。

(参考) 日本連盟「競技者育成プログラムの基本理念」

国際レベルの競技力の開発を目指して、競技者の発掘・育成・強化の全体を通じた共通の理念と指導カリキュラムに基づいてそれぞれの時期に最適な指導を一貫して行う。また、ソフトテニス競技を通じて青少年の育成に寄与していく。

2. 基本的な考え方

ソフトテニスの普及や選手育成には、ジュニア層の育成と指導者の養成が車の両輪であることは周知の事実であることから、これをふまえたことを行う。

- (1) 小・中学生から高校・一般に至るソフトテニスの普及と選手育成を、一貫した考え方で指導する体制づくりを行うこと。
- (2) 少子化や多様な社会ニーズによる競技人口の減少に対処すべく、ソフトテニスの魅力ある競技スポーツであることを様々な手段(公式ホームページ、Facebook、YouTube等)で情報発信すること。
- (3) 現場で指導を担う指導者・部活動顧問・外部コーチ等を養成すること。

<求められる指導者の要件>については、次のとおり。

- ① 「主役は選手(プレーヤー)」であること(プレーヤーズファースト)を十分認識した取り組みができる者
- ② 指導者としてのエゴ(勝ちにこだわること・選手を囲い込むこと等)を排除した取り組みができる者
- ③ 選手の将来を見据えたカテゴリーをこえた取り組みができる者
- ④ 指導者に必要な資格取得や各種講習会への受講に積極的な取り組みができる者
- ⑤ 保護者・プレーヤー・関係団体等との連絡・調整(コミュニケーション)ができる者
- ⑥ スポーツマンシップの理念を理解し、行動できる者
- ⑦ フェアプレーの2つの意味(行動としてのフェアプレー、フェアプレーの精神)を理解して選手を指導できる者
- ⑧ モラルを持ち、ルールを守る選手を育てることのできる者
- ⑨ リスペクト(尊敬)を忘れない選手を育てることのできる者
- ⑩ 自立した選手を育てることのできる者
- ⑪ 選手のやる気と可能性を引き出す「言葉がけ」ができる者

3. 長期計画の期間 中期3ヶ年（2021～2023年度）計画とする。

4. 主な取り組み事項

- (1) 普及指導長期計画の推進
- (2) スポーツマンシップ教育の普及・啓蒙
- (3) 競技者育成プログラム理念の共有と一貫指導による選手育成体制の確立
- (4) 指導者養成に関する活動と指導者の質的向上に関する活動
- (5) 小・中・高を対象とした普及振興活動
- (6) 技術等級制度・審判資格制度の取得推進活動
- (7) 審判技術の向上に関する活動
- (8) 都道府県対抗中学生大会への選考と支援
- (6) 全国小学生大会への選考と支援
- (7) 各種活動推進における財源の確保に関する活動
- (8) 会計の透明性を図る活動
- (9) 2026 青森国体を見据えた取組み（チャレンジ2026）
- (10) 日本連盟作成「ソフトテニスマナーBOOK」の普及・啓蒙
- (11) その他目的達成に必要な事項

5. 具体的取組み事項

<ジュニア層の育成に係る事項>

- (1) 競技者育成プログラム step 1 としての地域講習会の開催による指導方法の伝達とジュニアの育成
- (2) 競技者育成プログラム step 2 としてのジュニアオープンの継続
- (3) 競技者育成プログラム東北北海道ブロック（step 3）への選手派遣と選手選考
選手育成・強化・普及を含めた長期計画の策定（カテゴリー毎）
- (4) ジュニア層への普及を目的とした「キッズアカデミー」の実施（プレゴールデンエイジ）
- (5) ジュニア層への普及とタレント発掘を目的としたショートテニス「ジュニアサーキット」
の実施（プレゴールデンエイジ～ゴールデンエイジ）
- (6) ソフトテニスの楽しさを発信する「チャレンジ青森」の継続開催
- (7) シングルス層の普及
- (8) ジュニアクラブの創設と育成
- (9) クラブチームへのコーチ・指導者の派遣

<指導者の養成に係る事項>

- (1) スポーツマンシップ教育の普及・啓蒙
- (2) 競技者育成プログラム理念の共有と一貫指導による選手育成体制の確立
- (3) 指導者・外部コーチ等の資格基準の明確化（カテゴリー毎）

- (4) 指導者・外部コーチ等の資格取得支援と資質の向上策の実施
- (5) 資格要件を具備した指導者の登録制度（指導者バンク）の創設と運用
- (6) 外部コーチ資格制度の制度設計と導入の検討
- (7) (公財)日本体育協会公認スポーツ指導員の活用と指導法の共有化
- (8) (公財)日本体育協会公認スポーツ指導員等の指導者の資質向上に向けた講習会の実施
- (9) 指導者等の審判技術の向上策の実施
- (10) 著名な指導者等を招聘した指導者のスキルアップ研修会の実施
- (11) 県外講習会への指導者等の派遣
- (12) 父兄を対象とした競技規則の講習会の実施

<その他>

- (1) 「グッドマナーとフェアプレー」の推進のために、大会プログラムへの明記（下記↓）
- (2) 正確な情報発信のための「公式ホームページ」の設置（カテゴリー毎）
- (3) 財源確保に向けた各種取り組みの実施
- (4) 会計の透明性の確保と事業結果報告の確実な実施
- (5) 大会要項へ大会参加資格（審判資格・技術等級等の資格要件・ゼッケン着用義務・ユニフォーム着用基準等）の明記（カテゴリー毎）
- (6) 大会等における緊急事態への対処として、心肺蘇生法の習得やAEDの携帯、熱中症等への対処法の周知

グッドマナーとフェアプレーを推進しましょう！

本大会は、プレーヤー・保護者・外部コーチ・関係者等すべての方々のご協力によりフェアプレーと大会全体のマナーアップに取り組めます。

選手育成の「10の公式」<The Rule of 10>

それは、あることに卓越しようとした場合、10年あるいは10,000時間が必要であるという実証に基づいた理論。スポーツ界に限らず多くの分野で「10年の法則」「10,000時間の法則」と呼ばれている。

(10,000時間は、Ten thousand hours)

2回目の青森国体まであと5年