

土浦市体育協会硬式テニス部及び土浦市テニス協会では、子供たちの健全な心と体の成長に少しでもお手伝いできればと、土浦市教育委員会後援のもと、水郷テニスコート(産業文化事業団)のご理解と、KCJテニスアカデミーのプログラム提供により、この教室が実現いたしました。今、子供たちに必要なものは何か、テニスを通じて“人間力”の基礎固めに役立てられれば幸いです。

この教室のテーマは…
◆ 子どもたちの「セルフイメージ」を引き上げる
◆ 「脳と体の調和」を向上させる

『セルフイメージ(自己評価)とは、自分自身のことをどのように思っているかということです。私たちはかなり以前から、子供たちが「自分はこういう人間だ」と思っている通りになることに気づいていました。どんなに才能があっても、どんなに環境が良くても、まじめに努力していても、チャンスがいっぱいあっても、最後には本人が自分に対する評価レベルにしかならないんです。逆にどんなに環境や条件が悪くても自分に対する評価が高い子はそのレベルに行きます。本当にそれ以上にもそれ以下にもならないのです。不思議ですが必ずそうなるんです』(KCJスタッフ談)

著名な心理学者やセラピスト・成功者たちの言葉です。

- 人は自分が考えているとおりの人間になる
- 自分の心にある自分自身のイメージが、人の人生における運命を決める。
- 人は、「自分はこういう人間である」と思っている自分自身に「従って行動をする」
- 人はどれだけ努力しても、セルフイメージに逆らって行動することはできない。
- 人生における成功・幸福・繁栄と言ったものはセルフイメージを高く持つことに尽きる



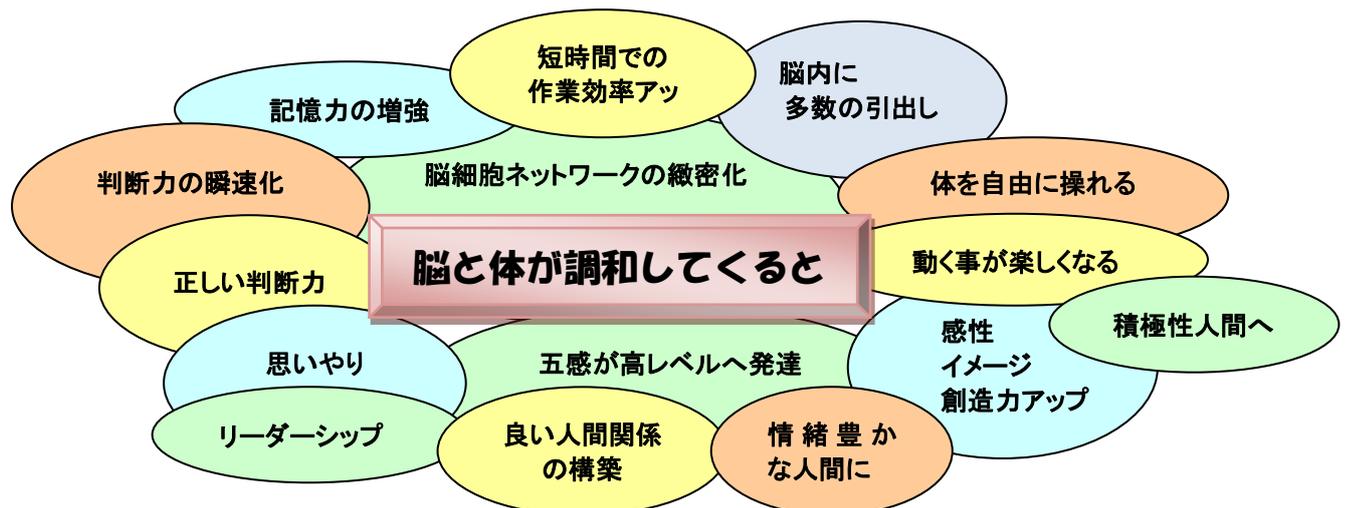
自分の体を思い通りに動かせることがセルフイメージ向上の初期段階において大変重要と考えています。このセルフイメージは小学校低学年の頃にはすでに個人差がみられ、運動能力だけでなくコミュニケーション能力など、特に自信という面で影響が出始めていきます。つまり、子供たちのセルフイメージを「できるだけ早い時期に、できるだけ高く引き上げてあげる」ことが重要であり、それが子供の将来にとって大きな原動力になります。

そのため的手段として私たちは「体を思い通りに動かせること」を目的に「脳と体の調和」に重点を置いて指導を進めていきます。これは「コーディネーショントレーニング」と称され、遊びのような楽しい運動の中に脳にいろいろな刺激を与えるプログラムを組んでいきます。



これによって子供たちは以下のように変化する可能性が高くなっていきます。

- どんな運動をしても上達が早くなり、「自分はできる」というセルフイメージが、自信につながります。
- 視覚・聴覚などの五感が磨かれるため、感性が引き上げられ情緒豊かな思いやりのある心をはぐくまれます。
- 脳の活性が上がり頭の回転が速くなるので、学力も上がり、知識を応用にする事ができ、人とのコミュニケーションのとり方もスマートになります。



◆ セルフイメージ = 子供のみらいの設計図