

# 殻を打ち破れる 少年少女を育てたい。



<http://www.i-tennis.co.jp>

ITCテニススクール

検索



## ITCジュニアクラブ・ネットワーク

- |                   |                  |                    |                  |
|-------------------|------------------|--------------------|------------------|
| ● ITC神戸テニス&フィットネス | Tel:078-642-1850 | ● ITCテニスヒル仁川       | Tel:0798-57-3170 |
| ● ITCユニバー神戸テニス倶楽部 | Tel:078-975-3313 | ● ITC八尾インドアテニススクール | Tel:072-925-2003 |
| ● 西神テニスガーデン       | Tel:078-991-8255 | ● 箕面桜井テニスクラブ       | Tel:072-724-2266 |
| ● 名谷テニスガーデン       | Tel:078-795-8989 | ● ITC京都西テニスクラブ     | Tel:075-864-2422 |
| ● スカイコートリラ        | Tel:078-982-4005 | ● ITC木津川台テニスクラブ    | Tel:0774-73-3025 |
| ● 大原山公園テニススクール    | Tel:078-582-1289 | ● テニスガーデン広陵        | Tel:0745-58-3001 |
| ● 掖谷公園テニススクール     | Tel:078-951-0061 | ● えばらインドアテニス       | Tel:089-963-1965 |
| ● 城北グリーンテニスクラブ    | Tel:079-288-0432 | ● ITC与野インドアテニスクラブ  | Tel:048-854-5555 |

保護者の皆さまへ

## 『明日を担う子どもたちのために』

*Challenge to the Future!*

今の子どもたちは身体を動かす機会がめっきりと減り、代わりに電子ゲームで遊び続け、全体的には運動機能が低下している傾向です。そしてこの、体力・運動能力の低下が、学力の低下や人間性の低下にまでも影響を及ぼそうとしているのです。

「生きる力」の育成が求められている昨今、子どもたちの健康・体力の維持増進はまさに「生きる力の育成の基礎」となる大切な能力です。ご存知のように、子供は大人を小さくしたものではありません。心も身体も成長過程にあるのです。子どもたちが持つ潜在能力を発揮するには、成長過程に応じた適正な運動や刺激が与えられることが重要であると言われています。そして、ジュニアスポーツの原則は、子どもたちの成長・発達を促進するものでなければならない、生涯スポーツの基礎づくりとして、スポーツの楽しさを身体で知ることが大切です。

私たちITCは、この発育期に「テニスを通して健全な心身の育成」に貢献できるよう考え、日々ジュニアのレッスンに励んでいます。



# 子どもたちを取り巻く様々な問題

データ出典: 子どもの遊びに関する調査結果報告書(H16.3)

## 小学校2年生の最近よく遊んでいる遊び

1位: テレビゲーム(42.6%)

2位: おにごっこ(22.1%)

## 外で遊びたくても遊べない理由(複数回答)

1位: 塾やお稽古があるから(32.9%)

2位: 時間がないから(24.1%)

体力・運動能力は1985年をピークに年々低下傾向!

### 内臓脂肪型肥満(メタボ)の増加!

子どもの肥満が起り、糖尿病が今までの2.9倍に増え、小学生の高脂血症が100人中10人もいと言われています。

## 外遊びの減少

### 少年犯罪の増加!

ストレスを発散することが上手できない子どもが増えています。

### 協調性の欠如!

少子化問題等もあり、遊び仲間が減少。コミュニケーション能力が低下していると言われています。

外で思いきり体を使って遊ぶことで基礎体力が向上。五感が刺激され豊かな感性が育まれることで、心と体の健全な発育が促されると言われています。

## 『遊び』から『スポーツ』へ

### 心身の発達段階

第一段階は、胎児や新生児に見られる反射的な行動の段階

第二段階は、「這う、座る、立つ、よじ登る、歩く、掴む、放つ」等の随意運動が身につく初歩的な運動の段階

第三段階は、二足歩行を身につけ、様々な動きを発見し、成熟と運動遊びの経験を通して、多種多様な運動動作を身につける「基礎的」な運動の段階

第三段階の2歳から7歳の時期は、二つ以上の身体部位の運動を組み合わせ、あるまとまった運動ができるようになるなど、目覚ましい発達をする。

例えば、●身体をひねること ●向きを変えること ●走ること ●跳ぶこと ●ボールを打ったり投げたりすること などが含まれる基礎的な運動技能ができるようになる。

神経系の発達が著しいこの時期は、これらのスキルを習得するのに理想的な時期である。

出典: 神奈川県スポーツ振興審議会編「幼児期からの運動・スポーツ振興施策のあり方について」(H20.1)

大切なことは大人が強制するのではなく「遊び」を通して子どもが自ら進んで運動することです。

# テニスのメリットと私たちの取り組み

テニスは身体をひねる、向きを変える、走る、跳ぶ、ボールを打つといった基礎的な運動技能が含まれたスポーツです。

ラケットという道具を使って、動くボールに集中することは、脳の発育にも好影響を及ぼすといわれています。

友だちができる喜びや、自分で決めた目標を達成する喜びを体験できるなど、テニスは子どもの発育にとって最良のスポーツのひとつと言えます。

私たちはテニススクールをミニ社会体験の場として考え、挨拶や礼儀・マナーを重視したレッスンを行っています。コツコツ頑張ること、失敗や悔しい思いを経験すること、勝利を掴むことなど達成感も味わうこと・・・など、現代の子どもたちにとって大切なことをテニスを通して経験してもらえればと考えています。



## テニスが育てる体の成長!

- 1: 基本的な運動技能(ダッシュ、ストップ、ターン、ジャンプ・・・)が養われる競技です。
- 2: 全身を使い体力、持久力が養われ、基礎体力のバランスが整います。
- 3: ボールを追う目の力(動態視力、深視力)、瞬時の動作バランスが養われます。

## テニスで育てる心の成長!

- 1: 基本的なマナー(挨拶・返事をする、約束を守るなど)が身につく競技です。
- 2: 集中力、自ら考え決断する力、相手の動きやゲームの流れを読む能力なども身につきます。
- 3: ダブルスや集合練習を通して、協調性、思いやりなどを養います。

この他にも、体と心に良い影響をたくさん与えるスポーツは子どもの成長に欠かせません! 私たちITCジュニアクラブは、明日を担う子どもたちのためにテニスを通して「健全な心身の育成」に全力で取り組んでいます。



認定NPO法人マナーキッズ®プロジェクトでは、子ども達にスポーツを通じて挨拶、礼儀作法の基本的マナーを習得する、文武両道で世界に通用する背骨ある人材育成を目指しています。ITCは、この認定NPO法人マナーキッズ®プロジェクトの兵庫支部として教育委員会や地域の幼稚園・小学校と協議をおこない、積極的に実施しています。

