

NTD キッズ & ジュニアプログラム



こども達の未来に夢と希望を育みます

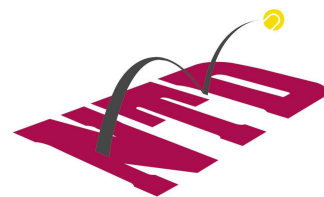
スポーツを始める（汗をかき楽しさを知る）チャンス！

テニスを楽しむ！（生涯スポーツに臨む）チャンス！

心身を鍛える！！（困難に挑む心を作る）チャンス！

マナーを守る！！（社会生活に馴染む）チャンス！

『ニッケテニスドーム』には、チャンスがあります！



Nikke Tennis Dome

こども達の昨今は・・・

屋外で遊ぶ機会と場所の減少 ⇒ 集団遊び・強制されない自由なスポーツ（遊び）の減少

「鬼ごっこ」「木登り」「かくれんぼ」空き地での「ボール蹴り」「野球」等、グループ（年齢・性別の違った仲間）で遊ぶ事の出来る機会と場所が子供達から奪われています。



グループでの遊びは、成功・喜び・失敗・悔しさそれぞれが原動力となり、精神力・判断力・創造性・社会性を育ててくれます。

テレビゲーム・VD/DVD・パソコン等の目覚ましい普及で、室内・個人・同性・同年齢での遊びが台頭しています。

各々の普及は決して悪い事ではありませんが、バーチャルな世界では「痛みや悔しさ」を感じる場面がありません。

リセットしたらやり直せる状況は、決して強い心を育みません。

遊び、運動をする事で、「創造力・精神力のある子供に育てて欲しい」

私達の切なる願いです。

家庭環境の変化（核家族）、他人への無関心 ⇒ 文武の偏った取り組み

かつての家庭環境は兄弟姉妹が多く、縦の組織が明確な大家族が主流でした。家族全員での食事や掃除等の機会を通じて、家庭内でも日常的に「協調」や「競争」が必要とされてきました。



また、社会的意識が高く、年代を超えた交流（近所付き合い、自治会等）も盛んで、学校教育に於いても、規律やモラルを厳しく指導する環境にありました。



現在は少子化によって、兄弟姉妹が少なく、個室が与えられる等、家族間の刺激も少なくなりました。そのため「協調」「競争」の機会も少なくなっていると考えられます。



「諸事情」ありますが、注意したり叱ったりする人が特別視される傾向により、子供に対して無関心を装う大人も増えてきました。規律やモラルを指導する場も減り、学校の先生も厳しく指導する事が難しくなっています。

文武両立が理想ではありますが、得意分野を伸ばす事も大切です・・・が、昨今の教育指導・スポーツ指導は早期の専門化による偏った指導が目立ち、オールラウンドに活躍出来る人財が1種目の得意分野しか活躍出来ず、その最大限の能力すら発揮できていない場合があります。

運動の必要性

■運動不足の子供達には・・・

ご存知の通り現代のお子様達の運動能力低下は、日本のみならず世界各国で問題視されています。文部科学省等の調査では、「走る」「飛ぶ」という基礎的運動能力が20年前と比べ大きく低下して、スキップや立ち幅跳びができない子供達が増えています。

運動不足からの生活習慣病の低年齢化やメタボリック症候群に悩むお子様がいたり、体力不足からなる集中力の持続性の低さは、学力低下にもつながっているとされます。

また、自動車社会が進み公園や広場も少なくなり、身体を動かす機会が大人も子供も極端に減っています。このような現代社会に対して、私達は子供達の体力低下を肌で感じております。治安への不安等もあって、なかなか安心して屋外で子供を遊ばせる事が出来ないという声もお聞きします。

このような状況の中では、そうした体力低下の流れを受けないよう幼い時期から
身体の動かし方を学ぶ必要性があると言えます。

テニスというスポーツを通じて身体を動かし、運動能力を引き出すことが可能です。幼時期の特徴として集中力に持続性が少ない点も、子供用のカリキュラム（テニス以外の運動やゲーム等を導入）で集中力を失わないようレッスンを工夫し、運動を行う楽しさを子供達に知っていただけます。当スクールが少しでも子供達の可能性を引き出せるきっかけの場になれば何より幸いです。

みんなです。

成長期における子供達の指導

こどもは小さな大人ではありません

・・・ 発育段階に応じた働きかけが必要です ・・・



私達は、子供達が自立期（または大人になって）に、「いかに成長するか」「身体に良いバランス・運動能力を身に付けられるか」を大切にします。

■神経系の発達（人間の器官・機能の発達速度は一様ではありません）

5才から12才の時期は、プレ・ゴールデンエイジからゴールデンエイジと呼ばれ、運動能力・神経系がもっとも発達する時期とされています。

テニスは、走・跳・投・打・バランス等の調整能力が身につく、その発達に対して最も適した運動といえます。

■身体のバランス感覚

転びにくい・直ぐ起き上がる（バランスが良い = 怪我をしにくい）等の身体バランス感覚もこの時期に養うべきと言えます。

レッスンでは、遊び感覚でこのようなバランス感も身に付けていきます。



■眼と身体の協応性

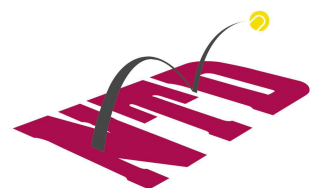
12才までに必要で重要な能力として、眼で見たものに対する身体の適応力、調整力（コーディネーション）があります。テニスでは、飛んでくるボールや相手の動きに合わせて動く事で自然とコーディネーション能力を身に付けることができます。

■SAQトレーニング

SAQとは・・・ S = スピード（直線的に走る最高速度の能力）
A = アジリティ（敏捷性：左右へ速く動く能力）
Q = クイックネス（俊敏性：静止からの反応能力）の3つの能力です。

過去の運動指導で「スピード」として簡単にひとくりにされていた言葉をもっと丁寧に、そして解り易く系統的にトレーニングへ組み込まれたものが「SAQトレーニング」です。

ニッケテニスドームのジュニアレッスンは、「スポンジボール」や「ソフトノンプレッシャーボール」を使い お子様の体力に合ったコーディネーショントレーニングやSAQトレーニングを行います。



Nikke Tennis Dome

成長期における子供達の指導

身体だけではなく・・・

心・気持ちへの働きかけも重要です



■自立心

現代の子供には複雑な社会環境の中で生活するため、「強い心」が必要です。周りに影響されることなく、前向きにチャレンジしていく気持ちを強く持てるよう指導していきます。

「国家の品格」の著者：藤原正彦氏は、『現代の子達の「いじめ」の問題は、いじめの子やいじめられる子よりも「見て見ぬ振りをする子」に大きな原因がある』と述べています。（'06 東京ビジネスサミットにて）
■NTDでは・・・ コーチやスタッフが「ダメなものはダメ」と指導する事で、強い気持ちの持てるこども達を育成します。

また、元テニ杯監督の坂井利郎氏は、『テニスを通じて強い心を育ててください。』とされています。『試合で勝つ事を目指し切磋琢磨する事は、強い心を創り出します。』とも・・・（'06.T・OPSにて）
■NTDでは・・・ 勝利主義に走る様な事なく、正々堂々と切磋琢磨する心を磨き養う姿勢で指導・育成にあたります。

■礼儀作法・協調性

レッスンや日常生活の中で礼儀を学び、挨拶や協調性（年下の子の面倒を見る）等、お子様の成長に役立つ指導・教育をしていきます。

■育てる = 褒める

SODATERU = **S**ODATERU - **S** (shikaru) （子供達は、褒められて成長します）
（育てる） - （叱る）
= **ODATERU** （おだてる = 褒める）



上手く行かない事を注意するだけがコーチではありません。どうしたら上手く行くか一緒に考え、子供達自ら答えを探せるように導きます。たとえ上手く行かない時でも頑張った努力に対して「頑張ったね」と励ましてあげられる事こそが、コーチの役割だと考えます。

子供でなくても、褒められると嬉しいものです。私達は、厳しいだけでなく、褒めて伸ばします。

※もちろん、コーチの話しを聞かないお子様やルールを守らないお子様には、しっかり注意をさせていただきます。

ジュニアコースの内容と目的

■ キッズ クラス （対象：5才～小学1年生）

お子様の身体に合わせた大きさのラケットとやわらかくて軽いスポンジボールを使って練習します。ボールを打つだけでなく、走ったり、飛んだり、跳ねたり、その他の楽しい道具を使ってテニスに親しんでいきます。楽しく遊びながらテニスを覚えるとともに、お友達と仲良くプレーすることで、集団で行動することも学びます。

■ J1 クラス （対象：小学2～3年生及びキッズクラスからの昇級者）

実際のボールよりも柔らかいボール（レッド&オレンジボール）とジュニア用ラケットを使い、安全に配慮しながら基本フォーム（ストローク、ボレー、スマッシュ、サーブ）を身につけて簡単な打ち合いが出来るように練習します。テニスに必要な簡単なルールなども覚えます。

■ J2 クラス （対象：小学4年生以上及びJ1クラスからの昇級者）

実際のボールよりも柔らかいボール（オレンジボール）と通常のボール（イエロー）を使い練習します。ラケットは、各自の体格・筋力等によって選んで使います。ボール感覚を養うことから始め、楽しみながら基礎を身につけます。ルールやマナーも覚え、スポーツマンシップと協調性も養います。

■ J3 クラス （対象：小学4年生～中学生の経験者及びJ2クラスからの昇級者）

実際のボールよりも柔らかいボール（グリーンボール）と通常のボール（イエロー）を使い練習します。

基本技術をマスターし、ラリーが出来ることを目標とします。各ショットの練習に試合形式の練習を加え、上達を目指します。走力・バランス能力・コーディネーション能力も高め、上達だけでなく怪我のないバランスの良さを身につけることも目指します。

■ J4 クラス （対象：小学4年生～中学生の経験者及びJ3クラスからの昇級者）

通常のボール（イエロー）を使い練習します。

各ショットの練習に試合形式の練習を加え、大会（試合）に出場することを目標とします。基本から高度な技術までを習得するとともに、実践に必要な戦術や戦略を学びます。



コースプログラム

■時間割

	時間帯	レッスン時間	クラス
月曜日 ～ 金曜日	E1	16:00～16:40	キッズ
	E2	16:00～16:50	J1
	F	17:00～17:50	J1・J2・J3
	G	18:00～18:50	J2・J3・J4
土曜日・日曜日	R1	13:00～13:40	キッズ
	R2	13:00～13:50	J1・J2
	S	14:00～14:50	J3

※都合の良い曜日・時間帯を決めて、週1回（12回 / 1期）を受講していただけます。

■クラス定員

- 1コーチ ⇒ 7名（振替枠1名）
- 2コーチ ⇒ 12名（振替枠2名）
- 3コーチ ⇒ 18名（振替枠3名：1.5面）

■スクール料金

- 入会金 5,000円
- キッズ受講料（1ヶ月4回分） 5,400円
- ジュニア受講料（1ヶ月4回分） 6,400円

※上記定員数は、レベル等を考慮して予告なく変更されることがあります。予めご了承下さい。

■割引制度

家族割引・・・お2人目より ¥1,000/月 割引します。

複数コース割引・・・2クラス以上受講する場合は、受講料が割安です。

- キッズ：週2回 ¥8,100/月、週3回 ¥11,340/月
- ジュニア：週2回 ¥9,600/月、週3回 ¥13,440/月

学生割引・・・中学校に進学する際、一般クラスを受講する場合に ¥1,000/月 割引します。

※中高大学及び専修の学生の方対象となります。

■スチューデントコース

中学生・高校生のお子様を対象とした、「スチューデントコース」もあります。

月曜・水曜・金曜のH帯(19:00～)と土曜・日曜のT帯(15:30～)に80分のレッスンを開講しています。

一般（成人）の方との練習より、同年代の方との練習を希望される方は、是非ご利用下さい。

◇レベル：アベレージレベルが対象となります。

◇受講料は、¥9,900（学生割引込）/月4回 となります。

※表示価格は全て税抜価格となります

入会手続きにご用意いただくもの

- 入会金 5,000円
- 受講料 2ヶ月分（キッズ：5,400円/月×2ヶ月、ジュニア：6,400円/月×2ヶ月）
- 銀行、または郵便局の口座番号（預金通帳等、確認できるもの）
※口座番号は、受講料引落しのため必要となります。
- 上記口座のお届け印

お

客

様

の

声



【テニスの後はスツキリ！！】

友達がテニスをやっているのを見て、楽しそうだと思ったのでテニスを始めました。初めてテニスをした時は、たくさん汗をかけてスツキリしましたし、試合がとても楽しいと思いました。明るく盛り上げてくれるコーチとの1対1の打ち合い練習が好きで、ラケットにボールがしっかり当たって、いいコースに打ち返せた時は、とても気持ち良いです。

親御様のお声

【球技の苦手意識がなくなりました！！】

球技がもともと苦手で苦手意識がなくなれば良いなと思いテニスを始めました。コーチは明るい方が多く、子供達と接する時も話しやすい雰囲気です。本人もレッスン後にはリフレッシュした表情になるぐらい楽しんでいるようです。基礎体力もついて球技の苦手意識も少なくなったと感じます。

天候に関係なくレッスンに通えますし、振替で選択できる時間帯も多く、色々なコーチのレッスンを受ける事ができますので、良い刺激になっているようです。

お

客

様

の

声



【試合が大好き！！】

おじいちゃんがテニスをやっているのをみて僕もやってみたいと思い始めました。初めてテニスをやったときはとても緊張しましたが、練習がとても楽しかったです。テニスはルールを覚えたらすごく面白く、とても楽しいです。特に試合が一番好きです。試合でクラスのみんなやコーチにも勝てるように一生懸命頑張っています！

親御様のお声

【諦めずに頑張る様になりました】

錦織選手の試合や祖父や従兄がやっているのを見て、一緒にやりたいと言ったのでテニスを始めました。テニスを始めて良かった所が2つあります。1つ目はテニスを始める前は、出来ないことがあるとすぐに諦めていましたが、今は何事にもすぐに諦めずに頑張るようになりました。2つ目は学校以外のところで、学年関係なくお友達が出来たところです。良い方向に変わった事があり、そう思わせてくれた、そう感じさせてくれたニッケに感謝しています。

お

客

様

の

声



【錦織選手を見て！！】

錦織選手をテレビで見て、テニスをやりたくなかったので始めました。初めてテニスをやった時は、上手く出来ませんでした。とても楽しかったです。一番好きな練習はコーチとの打ち合いです。長く打ち合いが出来ると嬉しいです。また、コートにギリギリ入って点数が取れるととても嬉しいです。

親御様のお声

【身体能力が高まりました！！】

父親の入会をきっかけに、やりたいと言ったので始めました。レッスンでは、色々な運動をするので、子供の身体能力を高めることが出来たと思います。インドアなので季節や気温に関係なくテニスが出来るので、毎週楽しんでやっています。また館内も清潔感があり過ごしやすいです。コーチの方々はいつも明るく、楽しくレッスンをされているので、やっている子供も、見ている私達も楽しいです。

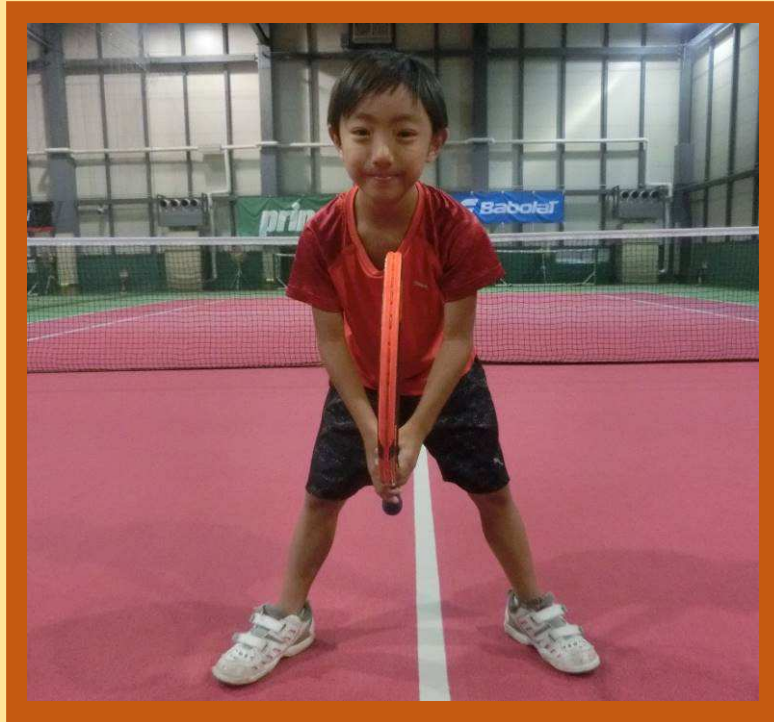
お

客

様

の

声



【コーチみたいになりたい！！】

体験レッスンでテニスをやってみて、とても楽しかったので始めました。ラケットでボールを打つことがとても楽しく、ずっとボールを打っていたいです。好きな練習はサーブとラリーです。特にコーチとのラリーが長く続くととっても楽しいです。コーチはとても上手くて、優しく、面白いです。僕もコーチみたいに上手くなれるように頑張っています。

親御様のお声

【体を動かすのが好きになりました！！】

息子と一緒にテニスがかしたい、テニスの楽しさを知ってほしいと思い、テニスを始めました。テニスを始める前は疲れやすく運動があまり得意ではありませんでした。しかし、テニスを始めてからは、体を動かす事がとても好きになり、暇さえあれば、ラケットでボールを打つくらい好きになってくれました。こんなにもテニスを好きにさせてくれたニッケに感謝しています。

レッスン内でのケガに対する保険について

株式会社ニッケインドアテニスでは、スクール会員の方々に安心してプレーしていただくために、テニス保険に加入しております。万が一、レッスン中にケガをしてしまったときに、お見舞金をお支払いする制度です。施設への入場から退場までのスクール管理下で起ったケガに対して、保険に定められた範囲内の給付金額でお見舞金が支払われます。

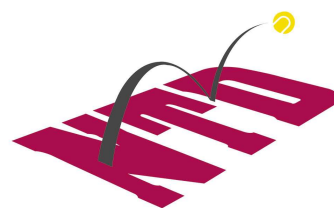
< ご案内 >

※保険金請求手続きは、ケガの治療終了後となりますので、治療費のお支払いはお客様のご負担となります。

※ご請求手続きにつきましては、保険会社よりお客様がおケガをされてから1～2週間後に書類が送付されます。保険会社の指示に従い、請求手続きを行って下さい。

※保険のご請求は、医師の治療を受けることが必要です。(医師とは「医師法に言う医師」を意味します)出来る限り整形外科・総合病院をご利用下さい。整体・カイロプラクティス等をご利用の場合、保険金(見舞金)が少なくなったり、対応が出来ない場合があります。(ご不明な点等は、保険会社担当者へご確認下さい。)

※この保険はケガに対するお見舞い金としてのもので、治療費全額を負担するものではありません。くれぐれもお間違いの無いよう、よろしく申し上げます。



Nikke Tennis Dome

株式会社ニッケインドアテニス