

## 3才から始めるグリーンヒルズの『親子キッズ』クラスの紹介

2012年4月よりレギュラーとなった「親子キッズ」クラスは只今毎週土曜・日曜の15時～60分間行われています。人数も徐々に増え、人気となりつつあります。

では「親子キッズ」クラスのレッスン内容を紹介します。

テニスを始める適齢期とはいったいどのくらいなのでしょう？

興味を持った時がスタートの時期だと考えればまずは良いでしょう。

しかし個人差があります。3歳という時期はバウンドしたボールをラケットに当てることすら容易ではありません。ボールが当たらないとすぐに面白くなり、興味は薄れてしまいます。

テニスをするよりも、テニスに興味を持たせ、ちょっと難しいかなと思ったら無理させず、時間を少し置いてまた挑戦することでテニスへの興味を引き止めるような内容になっています。



まずは柔軟体操からです。次は運動能力を高めるトレーニングを行います。

子供達は未知の可能性を秘めています。いろんなトレーニングから潜在能力を見つけます。



バウンドするボールは子供たちにとってはとても難しいことです。まずはボールを転がしたり、ラケットに乗せて運ぶことから始めます。



子供の興味は移り気です。このようにレッスンから外れても、無理にレッスンには戻しません。楽しそうな声が聞こえれば、自然と戻ってくるものです。

早く、親と打ち合うことができるようにコーチと2人3脚です。無理矢理教えることなく、子供の方からやってみたくなるようなレッスンを行っています。この時期は集中力が短いので気長に子供と付き合ってあげることが大切なのです。

