

## “自立した野球”を目指す

- ☆ 野球本来の楽しさを忘れない
- ☆ チームでの決め事をつくり、自分たちで判断していく

**ゲームプラン：全国大会ベスト 16 以上のチームに 5 点勝負を仕掛ける**  
**四死球・失策を減らし、長打を増やす**  
**6 回 3 失点以内がベスト、最低 3 点差以内で終盤に勝負**

### 【5 得点以上のための打撃】

- ☆ 『積極的に打つ』
- ・ ノーサイン攻撃
- ・ 一試合長打 3 本以上
- ・ 一試合犠牲フライ 2 本以上
- ・ 高めのストレートに負けずに、低めの変化球を引っかける
- ・ カウントを取りに来る球は空振り、ファールでいいので振っていく（見逃しストライクは限りなくゼロへ）
- ・ 三振を獲りに来る球をファール、ボール球なら見逃す（ヒッティングゾーンを広く）
- ・ とにかく送りバントはしない。どうしてもバントで送りたいなら、バントエンドランにする

### 【5 得点以上のための走塁】

- ☆ 『積極的に進塁』
- ・ 盗塁は全員がフリースタート。ストップサインだけ用意しておく
- ・ 盗塁時。打者はストライクが来たら構わず打つ
- ・ タイミングがアウトでも、悪送球が来る前提で進塁する勇気
- ・ 単打で二つ進塁できる走塁（一塁→三塁、二塁→本塁）
- ・ 内外野の中継次第、捕逸、暴投での進塁
- ・ ライナーゲッターにならない判断力



### 【5 失点以内のための投球】

- ☆ 『追い込むまでは打たせて獲り、追い込んだら三振を獲る』
- ・ ビッグイニングを作らず、1 イニング 1～2 点 OK
- ・ ②⑥⑧ピッチングで球速差を 3 段階に使い分ける
- ・ 高めのストレートで押し込み、低めの変化球でカウントを獲る
- ・ 配球は「内外角」を使わず、真ん中の「高低」「緩急」のみで
- ・ カウントを獲る変化球と空振りを獲る高速系変化球を投げ分ける
- ・ 牽制球は投げずに、プレートを外すだけ。セットポジションの時間を 3 種類変える

### 【5 失点以内のための守備】

- ☆ 『獲られてよい失点と獲られていけない失点を分ける』
- ・ 無死一塁は 1 失点とあきらめて、打者でアウトをとっていく
- ・ 基本的に内外野は前進守備をとらずに後ろで守る
- ・ 速いゴロは後ろに下がりながら、弱いゴロは前に出ながら合わせる
- ・ 送球（スナップスロー、サイドスロー）のコントロール
- ・ 要所でダブルプレーを獲れる内野守備
- ・ 外野手の正面ライナーへの反応
- ・ エラーした後の余計な進塁を許さない

ホームページ <http://www.tateburi.net/>

で検索

Facebook、Twitter にて野球観や人生観の  
“気づき”を毎日綴っています。

たてぶり先生の最新情報も HP からどうぞ。

