

令和5年度優秀指導者招へい事業(新チーム大分強化事業ジュニア補助金事業)
「ジュニア練習会～ソフトボールクリニック～」

☆2024年1月13日(土) 参加者:中学生・高校生

○時間 13:00～17:00 ピッチング・守備部門講習会

時間	内容		備考(担当)
12:30	受付開始(B球場入口)入場後各自でウォーミングアップ		受付:二宮
13:00	開講式(B球場)		司会:古本
13:03	ピッチングデモンストレーション(山根講師)		進行:高橋
13:25	グループ分け・移動(休憩含む) A球場:野手 B球場:投手		
	投手(山根講師)	野手(神山講師・洲鎌講師)	
13:30	<div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> <p>○ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・基本技術を落とし込み、技術の土台を再構築し、応用につなげる。 ・優秀指導者の指導法を学び、指導者の資質向上を図る。 </div>		A球場責任者 古本 B球場責任者 高橋
	<p>○投手中心</p> <p>① 基本の振り返り ※一斉指導 ボールの握り・ブラッシング リリース・上下半身の使い方等</p> <p>② ピッチングクリニック ※個に応じた指導 (変化球は自己申告制)</p> <p>③ トレーニング方法の伝達・実践 ※一斉指導</p> <p>④ 投手としての気持ちの持ち方 質疑応答 ※一斉指導</p>	<p>○守備部門中心</p> <p>① キャッチボールの基本の振り返り ボールの持ち方・握り・捕球 腕の振り方・クイックスロー等</p> <p>② キャッチボールの実践 個に応じた指導 練習方法の伝達・実践 質疑応答</p> <p>③ 守備の基本の振り返り (全員内野・外野をする) 捕球・ステップ・送球・バウンド 逆シングル・ジャンピングスロー等</p> <p>④ 守備の実践 内野守備の実践 外野守備の実践 個に応じた指導 質疑応答</p>	休憩は適宜 ベースセット 2セット ① ドリーム ② 大東中 ピッチング ホームベース は各自
16:30	終了(整備時間含む)	終了(整備時間含む)移動	
16:40	閉講式(A球場)		司会:古本
17:00	施錠・解散		

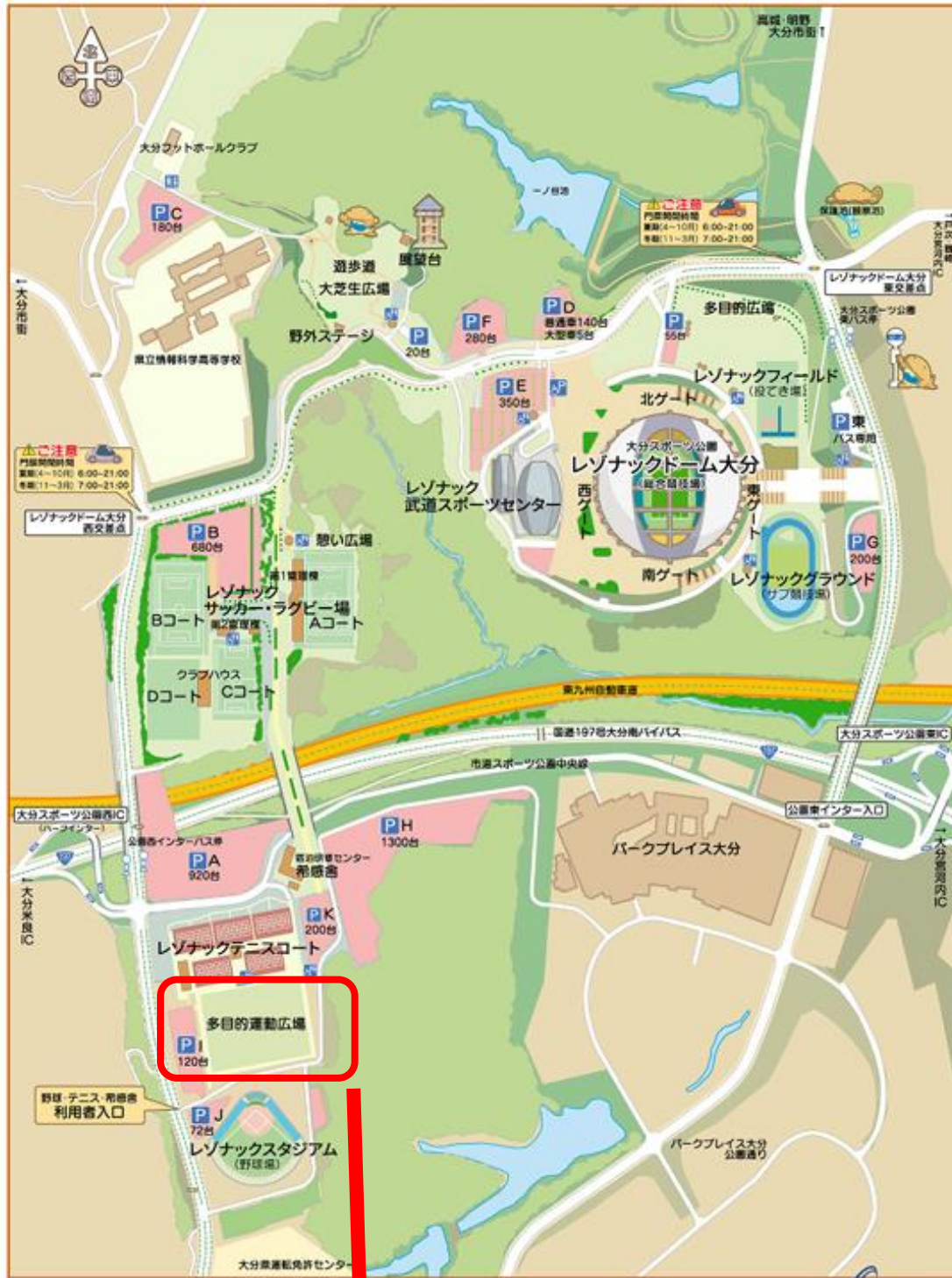
☆2024年1月14日(日) 参加者:小学生・中学生

○時間 9:00~13:00 ピッチング・攻撃部門講習会

時間	内容		備考(担当)
8:30	受付開始(B 球場入口)		受付:二宮 司会:古本 進行:高橋
9:00	開講式(B 球場)		
9:03	ピッチングデモンストレーション(山根講師)		
9:25	グループ分け・移動(休憩含む) A 球場:野手 B 球場:投手		
	投手(山根講師)	野手(神山講師・洲鎌講師)	
9:30	<p>○ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・基本技術を落とし込み、技術の土台を再構築し、応用につなげる。 ・優秀指導者の指導法を学び指導者の資質向上を図る。 		A 球場責任者 高橋 B 球場責任者 古本
	<p>○投手中心</p> <p>① 基本の振り返り ※一斉指導 ※中学生は前日に続き聴くことにより知識の上書きをする。</p> <p>ボールの握り・ブラッシング リリース・上下半身の使い方等</p> <p>② ピッチングクリニック開始 ※個に応じた指導 (変化球は自己申告制)</p> <p>③ トレーニング方法の伝達・実践 ※一斉指導</p> <p>④ 投手としての気持ちの持ち方 質疑応答 ※一斉指導</p>	<p>○攻撃部門中心</p> <p>① バッティングの基本の振り返り バットの持ち方・握り方・振り方 タイミングのとり方・バント バスター・変化球の打ち方等</p> <p>② バッティングの実践 個に応じた指導 練習方法の伝達・実践 質疑応答</p> <p>③ 走塁の基本の振り返り コース取り・ベースの踏み方 スライディング・タッチアップ・盗塁等</p> <p>④ 走塁の実践 実践型走塁(判断・タッチアップ等) 個に応じた指導 質疑応答</p>	休憩は適宜 ベースセット 2セット ① ドリーム ② 大東中 ピッチング ホームベース は各自
12:30	終了(整備時間含む)	終了(整備時間含む)移動	
12:40	閉講式		司会:古本
13:00	施錠・解散		

会場:大分スポーツ公園 多目的運動広場(A球場:B球場)

〒870-0126 大分県大分市横尾1351 <https://www.oita-sportspark.jp/>



● 多目的運動広場A・B

