

## 第 74 回国民体育大会茨城大会開催に向けて

### 平成 26 年度「スポーツアカデミー ジュニア研修会」

(主催：茨城県ソフトボール協会)

[平成 26 年 8 月 23 日(土)～24 日(日), 於：笠松運動公園 野球場]

講師：丸山 克俊

(東京理科大学教授・男子ソフトボール部総監督)

[講習内容] (時間配分は、当日、皆様のご意見を伺ってから決定します。)

1. ソフトボールのためのウォーミングアップ&ランニング
  - ① ソフトボールのためのウォーミングアップ
  - ② ソフトボールのための基礎ランニング
  - ③ ソフトボールのためのイメージランニング
2. ウインドミル投法入門 (ウインドミル投法はだれにでも習得可能か?)
  - ① ウインドミル投法の基本原理 (ミニ講話&示範・約 15 分)
  - ② ウインドミル投法の段階的習得方法
  - ③ ウインドミル投法の段階的練習法
  - ④ ウインドミル投法でチェンジアップを投げる (だれにでも習得可能か?)
3. ソフトボール基本技術の指導法 (指導者の言葉かけ)
  - ① 捕球・送球の基本的な指導法・練習法
  - ② キャッチボール・コンテストの試み  
(捕球・送球のレベルアップを図るために)
  - ③ ノックの仕方 (ソフトノック・ハードノックの試み)  
(正しいクラブさばき・フットワークの基本を身につけるために)
  - ④ バッティング (打つこと) の基本的指導法・練習法  
(トス・バッティング：どうすればピッチャー返しができるのか?)
  - ⑤ 走塁の基本的指導法・練習法
4. ソフトボール戦術・戦法論 (ソフトボールの醍醐味)
  - ① ソフトボールとベースボールの比較考察から戦術・戦法論を考える
  - ② ソフトボール独自の戦術・戦法論を考える

\*本研修会では、これまで私が実際にチーム練習に取り入れて実践してきたことを中心に講習を進めたいと思います。特に、この 10 年間、正月 3 日～6 日まで、「熊野キャンプ (三重県熊野市)」にてジュニアピッチング担当責任者を務めてきましたが、そこで学んできたことをご紹介させていただき、皆様とともに「ソフトボール指導法」を楽しく、真剣に考えたいと思います。

なお、小生が編集した「念ずれば花ひらくー熊野ソフトボールキャンプ 20 年の軌跡ー」(体育教育出版会刊 ¥1,200) を、当日、ご参加いただいた指導者の皆様には贈呈させていただく予定です。