

【初級者及び指導者ソフトボール教室】 N01

～小学校低学年に対する遊び感覚を重視した指導法: 捕送球編～

日 時 11月30日(土) 9:00～12:00

講 師 筑波大学体育系教授 木塚朝博先生

会 場 笠松運動公園野球場

参加者 小学生1～3年(ソフトボール経験2か月から2年程度)・小学生指導者



和田会長のお話

理にかなった投げ方、捕り方の基本を学んだ有意義な時間となった。1～3年生のソフトボール経験の少ない子どもたちをいかに楽しく興味をもって取組んでもらうか。これからの初級者指導のあり方についてたくさんのヒントをいただいた2時間のソフトボール教室でした。



場づくりに余念のないスタッフ
場づくりの大切さを学ぶ



木塚先生のお話

楽しい雰囲気づくりからウォーミングアップ
グループ競争でスピードアップ 意識せずに捕る・投
げると進んでいく

各チームの指導者に、指導の
ポイントをお話する木塚先生



真剣に耳を傾
ける子どもた
ち



【初級者及び指導者ソフトボール教室】 N02 ～小学校低学年に対する遊び感覚を重視した指導法:捕送球編～

投げる時・捕る時の肩の動き、腕の動きについてユーモアたっぷりに
実演しながらの指導に、子どもたちも興味津々の様子 ↓



投
げ
ら
れ
た
柔
ら
か
い
ボ
ー
ル
を
左
右
に
顔
を
動
か
し
ボ
ー
ル
を
見
る
動
き
と
ボ
ー
ル
を
避
け
る
動
き
を
同
時
に
行
う
↓

→ 柔らかいボール
を使って、投げられた
ボールを額でキャッチ
し、遊び心でしっか
り目で捕える動きに
発展



↑ 歩きながら→
次にステップして・ダッシュしてのボール
捕球。 動きながらの捕球能力UP さらに
には投げる動きで 捕る⇔投げる形に発展



→ 最後に、鬼ごっこ
のミニゲームで楽し
みながら走力と敏捷性
アップ
← 低学年は遊びの中
で能力アップが効果的

