

# 【初級者及び指導者ソフトボール教室】 NO1

## ～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



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

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



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】 NO2

### ～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見る動きとボールを避けれる動きを同時にを行う

発展目次  
→柔らかいボールを使つて、投げられたボールを額でキャッチする遊び心でしつかで捕える動き



↑  
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

