

多賀少年野球クラブにみる

走・攻・守

レベルアップ練習法

全国を目指す
指導者必見の
シリーズ

DVD No.540-S

全2枚 / 16,800円
各枚8,400円(税込・送料別)



- ◎指導・解説 / 辻 正人(滋賀県・多賀少年野球クラブ監督)
- ◎撮影協力 / 辻 慶一(ヘッドコーチ)・田中 与志久(コーチ)
- ◎実技 / 滋賀県・多賀少年野球クラブ

多賀 少年野球クラブでは、同じ練習の中でも学年によって意識付けを変えて指導しています。例えば《捕球練習》では、低学年はゆっくりと行い、中学年では安全確実に、高学年ではより速い動作で行います。これにより同じ練習でも、一貫した指導で着実に技術を修得することができます。一巻目では、『攻』・『守』を中心に鍛え上げ、二巻目では『走』・『牽制』練習を紹介。野球に必要なファクターを余すことなくご紹介しておりますので、すぐにチームへフィードバックできるシリーズです。

CHECK!!

★主な戦績

2005年	全国大会	全日本学童軟式野球大会	第3位
2004年	全国大会	全日本学童軟式野球大会	準優勝
2003年	全国大会	全日本学童軟式野球大会	ベスト8
2002年	全国大会	全日本学童軟式野球大会	2回戦
2001年	全国大会	全日本学童軟式野球大会	ベスト16
2000年	全国大会	全日本学童軟式野球大会	ベスト16

レベル別に行う一貫野球指導! チーム全体が上手くなる!

DISC No.540-1

打撃・守備の動作指導と練習 (51min.)

バッティング練習《ゴロ・ライナー・フライを打つ》では、常にレベルアップでボールの上・中・下を打ち分けます。バットコントロールで打ち分けることでスピードボールにも対応できるようになります。野球の基本でもある守備練習では各年代の目標設定をしっかりと決め、各レベルに達するためのエッセンスがたくさん詰まった内容となっております。



★バッティングの基本動作

★バッティングの応用練習

- *ゴロ・ライナー・フライを打つ
- *ライト・センター・レフトに打つ(中学年 / 高学年)

★バントの基本動作

- *バントの基本姿勢
- *バントのコース打ち(一塁、二塁、ショート、三塁 / ランナー二塁の場合)
- ◎打撃練習のポイント

★内野ゴロの基本練習

- *内野ゴロの基本(①低学年 / ②中学年 / ③高学年)

★内野ゴロの応用練習

- ①3種類の捕球動作(フォアハンド / 正面キャッチ / バックハンド)
- ②ショートバウンドのゴロ捕球
- ③ハーフバウンドの捕球

★内野ゴロの3種類ノック(中学年 / 高学年)

- *フォアハンド / バックハンド / ショートバウンド、もしくはハーフバウンドの3種類

★外野フライの基本練習(中学年 / 高学年)

- *外野フライの3種類ノック
- ◎守備動作のポイント

DISC No.540-2

走塁・牽制の動作指導と練習 (36min.)

相手の隙をつき、相手を乱す走塁。有利に試合を運ぶためには必須の技術です。リード・帰塁から2盗を紹介。しっかりとした指導ポイントを押さえ得点圏へとランナーをすすめましょう。牽制球のトレーニングでは、回転速度を高めるために270度回転での牽制練習があります。実際にはあり得ない回転ですが、これを行う事で一塁牽制や二塁牽制でも、素早く牽制する事ができるようになります。



★一塁からの走塁と帰塁

- *一塁からのリード
- *帰塁のポイント
- *帰塁と走塁の実践

★二塁へのスライディング

- *スライディングのポイント
- *スライディングの練習
- *スライディングの回り込み
- ◎走塁練習のポイント

★牽制球のトレーニング

- *270度回転の牽制
- *180度回転の牽制(二塁牽制)
- *90度回転の牽制(一塁牽制)



★牽制球の実践練習

- *一塁牽制の練習(セットに入る前 / セットに入りながら / セットに入った後の牽制)
- *二塁牽制の練習(普通回り / 逆回りの牽制)
- *三塁牽制の練習(大きく脚を上げて牽制 / クイックで牽制)
- ◎牽制練習のポイント

ジャパンライムのホームページ

<http://www.japanlaim.co.jp>

メール会員登録募集中!

お申し込み方法

- 送料は何巻でも525円となっております。ご希望のDVD No.を指定し、電話かFAX、もしくは、FAXにてお申し込みください。
- 表示価格は消費税込みの価格です。
- ホームページからのお申し込みもできます。

[記入例]

DVD No.
お名前
ご住所 / TEL
お勤め先 / TEL

お支払い方法

- 到着日指定の「代金引き換え」の宅急便でお送りしております。
- 学校公費及び教育機関、また個人研究費などでご購入の場合、必要書類は、担当者までお申し付けください。
- 半年後の一括支払い(金利無し)及び、月々3,000円からの分割支払い可。(個人購入のみ、クレジット扱い)
- カード(JCB、VISA、American Express、MASTER、DC、UC、UFJ、NICOS、イオンクレジット、ダイナース、クレディセゾン、東急TOP&カード)もお取り扱いできます。(分割可)

●お申し込みお問い合わせはお気軽に!

JLG ジャパンライム株式会社

03(5789)2061(代)

〒141-0022 東京都品川区東五反田1-19-7

FAX. 03(5789)2064