

保存版その②(=捨てないでとつておくこと) ※むずかしい言葉はお父さん・お母さんに聞いてね。
試合に出なくても勝利に役立てるんだぞ！！

ランナーコーチはとっても大事！

試合に出るだけが選手じゃない！

1点を取るか・取らないか、アウトになるか・ならないかは、ランナーコーチにかかるっています。

↓下に書いてあること↓を試合前に「毎回」しっかり読んでチームに貢献(こうけん)しよう！

(→ランナーがない時→①、いるときは②の位置に立つこと！)

<最初に1塁・3塁コーチの「両方がランナーに声をかける」大事な言葉>

① すぐに「アウトカウント」を言う

ランナーがベースについてたら「●●くん、ワンアウトだよ」と確認する。コーチャーは常にアウトカウントを知っていないといけない。
理由→アウトカウントによってランナーの動きが違ってくるので。

② 状況を説明したあと→「ベースにつかせて」サインを見せる。(自分もサインを確認するんだよ)

0アウト・1アウトの場合で「ゴロを打った時」→1塁、1・2塁、満塁の時
→2塁だけ、2・3塁だけの時
→1・3塁の時
・ゴー(=絶対走る)、ライナー・フライは戻る、という。
・三遊間の強いゴロはストップ。二・三塁は状況次第
・1塁ランナーはゴー、
・3塁ランナーは1・2塁方向に飛んだ「弱いゴロ」はゴー、
三遊間のゴロもゴー(本塁完全アウトならはさまれろ！)

0アウト・1アウトの場合で「フライを打った時」→浅い(=ホームに近い)フライの時・ハーフウェイ(=塁の真ん中くらいまで来てみる)
→深い(=外野に飛んだ大きい)フライの時・タッチアップ(=塁に着いて取ったら走る)

2アウトの場合→打ったらゴー(=何でも走る)、バットに当たったらゴーという。

ここからは役割が違いますので注意。

<1塁コーチ> 1・2塁を担当

- 1・ボールから絶対目を離さず、今、ボールを誰が持っているか“指を差しながら”言う。
(例: ボール・ピッチャー、ボール・ファーストなど)
- 2・盗塁の時、キャッチャーが投げたら「スライ！」
投げないかキャッチャーが後ろにそらしたら「ノースライ！」と、叫ぼう！
3・ピッチャーからのけんせい球をしっかりとみて、戻る時は速く「バック！」という。
4・打ったバッターに「かけ抜け」か(=アウトかセーフかギリギリの時)、「オーバーラン」(=次の塁を狙う)のかを早く言う
5・↑②の指示をアウトカウントに応じてランナーに聞こえるように大きい声で言う
6・ピッチャーとキャッチャーの動きを見て、速い球か、遅い球かを研究する。

<3塁コーチ> 2・3塁を担当

- ##### <打ったバッターが2塁を回ってきた時>
- ・大きく左手を回し、回るのか、止まるのかを「早く」言う！
スライディングする場合は「スライ！」、駆け抜ける場合は「ノースライ！」という。

<ランナー2塁の時>

 - ・ショートとセカンドの今の位置を早く教える。
(=センターの位置もしっかり見ておく)
 - ・ピッチャーからのけんせい球をしっかりとみて、戻る時は速く「バック！」という。
 - ・ベースに着かせた後、外野手の位置を確認させる。

<ランナー3塁の時>

 - ・タッチアップ・スクイズがあるかもしれない事を「小さい声で」言う。
・※相手の点数差が少ない場合、無理に突っ込ませないこと！

以上です。

野球はどんどん勉強できるスポーツなので、高校野球やプロ野球を見て自分のものにして、もっと試合を楽しもう！

2015年6月

梅田ヤングスターズ