

指導者としての **Teaching Point**、**Coaching Point** のエッセンスが
随所に散りばめられている画期的な **Baseball DVD** 登場!!!

★野村克也氏を支えた知将が、勝つためのセオリーを紹介!

セオリーで戦う! 実戦的野球指導



■指導・解説：竹内 昭文

●略歴：宇治山田商業高校から法政大学～北海道拓殖銀行入行。都市対抗野球準優勝2回、日本選手権優勝1回 準優勝1回。全国社会人ベストナイン受賞、北海道ベストナイン6回受賞(ともに捕手)。1987年より法政大学監督。在任シーズン中4期連続優勝(87～90年)。その後北海道拓殖銀行監督を経て1997年よりシダックスヘッドコーチ～監督を歴任。1999年には監督として日本選手権優勝に導く。その後シダックスが野村克也氏を監督に招聘してからは野球部長として野村野球を支えてきた。2003年から3年間日本K-Ball少年野球連盟専務理事も務め、少年野球現場の実情にも精通している。個人としては都市対抗野球15回出場(内5回は指導者として)、優秀選手4回受賞など名選手・名指導者である。



DVD No. 569-S

全3枚 25,200円
[各枚 8,400円] (税込・送料別)

■実技協力：新潟県糸魚川市立糸魚川中学校野球部／新潟県糸魚川市立糸魚川東中学校野球部
新潟県糸魚川市立青海中学校野球部／新潟県糸魚川市立能生中学校野球部

★「セオリー」とは、状況判断をするための材料である!



投手はバントを処理する野手に近づいて指示を出す

野球の試合は状況に合ったプレーをすることが大切です。状況には天候や場所など試合が始まる以前のもの、点差・イニング・アウトカウントなど試合中に変化をするものなどがあります。

このDVDシリーズでは、様々な状況に対応するための準備、正確かつ効率的なプレーを行うためのポイント、考え方を紹介します。

指導は竹内昭文氏。氏は数々のチームで選手・指導者として活躍。また、野村克也(現東北楽天ゴールデンイーグルス監督)氏が社会人チーム・シダックス野球部の監督時代に野球部長として野村野球を陰で支えた知将による、今までに無かった切り口で指導者として必要なエッセンスを引き出してくれるノウハウを凝縮したDVDの登場です!



腕の使い方と体重移動

重たい物を持って肘を吊り上げるイメージ

★戦術を決める9つの要素とは!?

569-1 投球・送球のコントロール力をつける投手&捕手のセオリー

78分

第1巻は、脚さばきを中心に全ての送球でコントロール力が高めるキャッチボールからスタート。投手編では、バランスが重要となる5つのタイミングと体重移動の方法を紹介。また捕手編では、送球の土台となるフットワークを中心とした基礎つくりのメニュー、リードを簡単に考えるためのセオリーを紹介します。

- 戦い方を決める9つの要素 (セオリーで戦うための指導者の目当て) ここで紹介する9つの要素にルールを踏まえつつゲームを進行することで、準備(予測)が出来、的確な判断が可能になる。
- キャッチボール
～投球・捕球・送球につながる動きづくり～
正しいキャッチボールの行い方(解説と実践)
- コントロール力をつける投球動作
～身体のバランスを保つ～

1. セットポジション&クイック
 2. 投球動作のポイント
 - ・バランスのとおり方
 - ・腕の使い方と体重移動
- 捕手の基本練習
～フットワークを中心とした土台づくり～
1. スローイング
 2. フットワーク
 3. 捕球(捕手)
 4. サインの出し方
 5. ワンバウンドへの対応
 6. リード



REPLAY

569-2 フィールディングの時間を短縮する内野手のセオリー

65分

守備動作の一つ一つを素早く正確に行うことができれば、アウトカウントを増やす確率を上げることができます。つまり、それだけ有利にゲームを進めていくことが可能になります。第2巻では、各ポジションの正確かつ効率的なプレー、内野手の連携を深める練習を紹介します。

- 一塁手の守備～投手と連携して守る～
1. 投手へのトス
 2. タッチプレー
- 二塁手の守備～内野守備の基礎固め～
- 遊撃手の守備～動作の時間短縮を図る～
- ダブルプレー～二遊間の連携を深める～
1. 6-4-3
 2. 4-6-3
- 三塁手の守備～打球のコースに合わせた守り方～
- ・正面の打球に対応
 - ・三塁線・三遊間の打球に対応
 - ・セーフティバントの対応

- 外野守備～セオリーと正しい動作を覚える～
- ・フライの対応
 - ・ゴロの対応 (ランナーなし)
 - ・ゴロの対応 (ランナーあり)
 - ・後ろへの下がり方



1. 投手の始動時にタイミングをとり始める(ハットを引く)
2. 投手の手からボールが離れる時前足を踏み出す
3. ストライクかボールかを判断する
4. 打つ

569-3 実戦で必ず生きる打撃&走塁のセオリー

80分

打撃編ではタイミングのとり方とポイントを中心に、走塁ではアウトカウントによってのリードのとり方、走り方、さらに三塁、本塁におけるコーチングの方法を紹介。総合練習では攻撃側の戦略を考慮したシフトから、打球に対して全員が連携して動く守備練習を行います。

- 守備の総合練習～ノーアウト時の動き方～
- 守備の総合練習～ワンアウト時の動き方～
- 打撃のセオリー～タイミングの合わせ方を覚える～
1. バントの考え方
 2. バッティングの考え方
- 走塁練習
～アウトカウントによる動き方の違い～
1. 駆け抜け
 2. リードの方法と位置 (一塁走者)
 3. 一塁走者 (ノーアウト・ワンアウト一塁)

4. 二塁走者
 - ・ノーアウト
 - ・ワンアウト
 - ・ツーアウト
5. 二塁⇒本塁
6. 三塁走者
7. コーチャーについて
 - ・三塁コーチャー
 - ・ネクストバッター役 (本塁でのコーチング)

●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
〒113-0033 東京都文京区本郷5-25-14 本郷竹下ビル4F
TEL.03-5840-9980
FAX.03-3818-6656
<http://www.japanlaim.co.jp>

●オンラインショップでは、メール会員募集中!!

お申し込み方法	お支払い方法
<ul style="list-style-type: none"> ●ご希望のDVD No.を指定し、電話かFAX、ハガキ、もしくはホームページにてお申し込みください。 ●お名前/ご住所：電話/お勤め先：電話/お支払い方法をご連絡ください。 ●送料は何枚でも525円です。 ●表示価格は消費税込みの価格です。 	<ul style="list-style-type: none"> ●到着日指定の「代金引き換え」の宅急便でお送りします。 ●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は、必要書類は担当者までお申し付けください。 ●カード(JCB、VISA、MASTER、DC、UC、UFJ、NICOS、ダイナース、クレディセゾン、アメリカンエキスプレス、イオンクレジット、TOP&カード)もご利用できます。