

野球指導の最難関「キャッチャー指導」が、この1本でわかる!

DVD No.823-S  
全2枚 16,000円+税  
各枚 8,000円+税  
(送料別)



# キャッチャー指導のすべて

送球、キャッチングから配球まで  
「扇の要」の育成法

キャッチャーとしての心得、  
配球の基本方針など、  
選手にも見てほしい内容が  
満載!

監修・指導  
**太田 弘昭**  
京都翔英高等学校教諭  
実技  
京都翔英高等学校



ついに高校野球シリーズからキャッチャー指導のDVDが登場です!

“第二の監督”“扇の要”とも言われ、中学や高校野球においても大きな役割を担うキャッチャー。強いチーム、優勝するチームには、必ずいいキャッチャーがいるといっても過言ではありません。しかし、それだけに指導がとて難しいポジションでもあります。指導・解説をしていただいたのは、京都翔英高校の太田弘昭先生です。自身もキャッチャーとして名門校で活躍し、指導者としても「キャッチャーの指導だけは負けたくない」というほどこだわり抜いています。

本編ではキャッチングやワンバウンドストップに始まり、送球、フィールディング、そして配球に至るまで、トータルでキャッチャーのスキルを網羅。単なる形や練習方法だけでなく、「なぜそうするのか」「どのように足を運ばなければいいか」など、理論的にキャッチャー指導を紹介しています。そのポジションを極め、研究してきた太田先生ならではの内容となっています。これまで手探りで指導をされていた方、いまいち深いところが分からなかったという方、ぜひこのDVDを参考にしたいいいキャッチャーを育ててください。選手と一緒にご覧いただくのもおすすめです。

おた ひろあき  
指導者プロフィール  
太田弘昭●1972年生まれ。山松商業高校、亜細亜大学ではキャッチャー一筋。母校などでの指導を経て、2006年秋より京都翔英高校を率いる。社会科教諭。

## 823-1 61min キャッチング術と配球の基礎

まずは構え方、キャッチングの指導を紹介します。やっつけいけない動き、ピッチャーを乗せる捕り方などについて解説しています。「ワンバウンドストップ」はキャッチャーにとっての生命線。ここでは入念に練習したいところです。配球については、キャッチャーとして心得たい「思考法」を紹介します。

イントロダクション(各巻共通)

キャッチャーの心得(37項目)

キャッチング

\*ミットの形の作り方/構え方(捕球姿勢)/  
短い距離でのキャッチング/投球のキャッチング

サインの出し方

ワンバウンドの止め方 (略:ワンバン)

\*解説(形、ミットの出し方など)/止める形と脱力練習/後ろで手を組んだワンバウンドストップ/マシンワンバウンドストップ

配球について ver.1 (ボード解説)

1. 味方投手能力の把握  
(球種/牽制能力/癖の有無)
2. 試合での状況判断(イニング/得点差)
3. 打者分析力・打者を見る眼  
(表情/スイング/タイミング/ステップ/データ)
4. 相手チームの作戦の傾向・色々な作戦の把握



## 823-2 82min スローイング& フィールディングと配球の応用

スローイング=フットワークというくらい、足の運び方にはこだわっていきます。左右の打者はもちろん、コースによって足の運び方を変えていきます。フィールディングもそれぞれ無駄のない動きを追及していきます。配球の解説では、1巻目よりさらに深い部分について紹介していきます。

イントロダクション(各巻共通)

スローイング解説

\*右打者・左打者のコース別ステップ/左足重心でキャッチ/スムーズ動作のまとめ

スローイング練習①

\*手と脚だけでキャッチボール/軸足前のキャッチボール/膝を畳んで最短距離動作/様々な角度からの送球

スローイング練習②

\*ウエストボール/1塁・3塁へのピックオフプレー

スローイング練習③

\*フットワークペッパー/正対フットワーク/  
L字フットワーク/前進しながらフットワーク/  
\*肩の強化(ソフトボールキャッチ/  
チューブトレーニング/ダンベルトレーニング)

ブロック

\*解説/手投げからの練習/  
ノックからの練習

キャッチャーフライ

\*解説/ノックからの練習

パント処理

\*解説(処理の仕方・1塁への送球)/  
小飛球の練習/2つの捕球の入り方

ホームゲッター

\*解説(足の運び・ベースの踏み方)/  
1-2-3のプレー/1-2-5のプレー

配球について ver.2 (ボード解説)

\*ストライクゾーンについて \*打者の構えについて \*声の配球について  
\*四球が生むもの/2人でワンアウトを取る \*球種の相互関係



送球は「肩」じゃない!  
こだわりの「フットワーク」で  
つくるスローイング法とは!?

“優勝チームに名捕手あり!!!”

インターネットからのご注文は…… <http://www.japanlaim.co.jp> サンプルムービー配信中!

### ダウンロード版

ダウンロード版をご希望の方は:

専用サイト

<http://www.jlc-download.com/>

へアクセスし、パソコンからご購入・ダウンロードしてください。

(お支払い方法はカード決済のみとなります)

### DVD版

○ご希望の商品番号を指定し、電話かハガキ、FAX、もしくはDVD通販サイトにてお申込みください。

○到着日指定の「代金引換」の宅配便でお送りします(送料は1回につき500円+税)。

○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(通販サイトの公費FAX申込書類でも購入可)。

○カード(JCB、VISA、MASTER、ダイナース、アメリカンエキスプレス、他)もご利用できます(分割可)。

●お申し込み・お問い合わせは、お気軽に…

JLC 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