
体育実技A(野球) 1 単位(秋学期)

初心者

秋学期: 月 2

綿田 博人

授業の目的:

硬球を握り、野球の楽しさを知ることを目的とする。

授業の計画:

- 1 インTRODダクション
- 2 プレイキャッチ・ペッパー等基本動作の習得
- 3 基本動作の習得(バットスイング)
- 4 基本動作の習得(スローイング)
- 5 ティーバッティング
- 6 ティーパティング
- 7 ロングティ
- 8 ロングティ
- 9 打撃練習
- 10 打撃練習
- 11 シートノック
- 12 シートノック
- 13 ケースノック
- 14 ケースノック
- 15 総合練習

成績評価方法:

出席・技術・態度・理解の4項目を点数化し、その合計点で評価します。4項目の配点については出席点60点・技術点10点・態度点10点・理解度20点です。

実施場所:

下田野球場

服装携帯品等:

ユニフォーム又はトレーニングウェア・帽子・グラブ・アップシューズ

グローブ(軟式用・ソフト用でも構わない) タオル

雨天時の対応(屋外種目のみ):

室内練習場又はビデオ鑑賞

担当教員から履修者へのコメント:

広い人工芝のグラウンドで思い切り打ったり、投げたりしてみませんか。