

**体育実技A(ソフトボール) 1単位(春学期)**

**体育実技A(ソフトボール) 1単位(秋学期)**

ルールを知って楽しもう！  
春学期・秋学期：木2/木3

吉田 泰将

**授業の目的:**

ソフトボールはみんなのスポーツです。それは老いも若きも、男性でも女性でも楽しむことができるスポーツだからです。この授業では、財団法人日本ソフトボール協会の「オフィシャルソフトボールルール」を確認しながら、「キャッチボール・コンテスト」や「ティーボール」「ミニソフトボール」「スローピッチソフトボール」なども体験します。オリンピック種目から女子ソフトボールははずれていますが、世界選手権で優勝しています。ルールを正しく理解して楽しくプレーや観戦ができるようになりましょう。

**授業の計画:**

- 1 オフィシャルソフトボール・ルールを確認しよう。  
基本練習の確認  
(キャッチボール・ゴロとフライの処理・トスバッティングなど)  
※ソフトボールの名称は「ファーストピッチ」を表しています。
- 2 グラウンドと用具のルール。基本練習。  
ミニソフトボールのゲーム。
- 3 ソフトボールの基本ルール。基本練習。  
ソフトボールのゲーム形式の練習。
- 4 ピッチャーのルール。基本練習。ピッチング練習。  
ゲーム形式の練習。
- 5 バッターのルール。基本練習。バッティング練習。  
ゲーム形式の練習。
- 6 バッターランナー・ランナーのルール。基本練習。走塁の練習。  
ゲーム形式の練習。
- 7 守備のルール。基本練習。守備関係プレイの練習。ゲーム。
- 8 試合のルール。基本練習。チーム毎に練習。ゲーム。
- 9 審判のルール。基本練習。チーム毎に練習。ゲーム。
- 10 ティーボール・ルールの要点。基本練習。  
ティーボールのゲーム。ソフトボールのゲーム。
- 11 キャッチボール・コンテストの要領。  
キャッチボール・コンテスト。  
基本練習。ソフトボールのゲーム。
- 12 スローピッチソフトボールのルールの要点。  
スローピッチソフトボールのゲーム。  
ソフトボールのゲーム。
- 13 基本練習。ソフトボールのゲーム。
- 14 基本練習。ソフトボールのゲーム。
- 15 基本練習。ソフトボールのゲーム。  
個人打撃部門成績集計・発表・表彰。

**成績評価方法:**

授業回数の3分の2以上出席したものを対象に、出席点(60点満点)＋授業内容点40点満点(技術10＋授業態度20＋理解力10)で採点する。

その点数によりA～Dの評価を行う。

**実施場所:**

日吉・陸上競技場 フィールド内グラウンド

**定員:**

24名

**服装携帯品等:**

運動に相応しい服装 運動靴 帽子 日差しが強いときにはサンングラスの着用も可。

**雨天時の対応(屋外種目のみ):**

スポーツ棟内またはその他の教室でビデオ教材や配布資料により、技術やルールについて理解を深める。

**担当教員から履修者へのコメント:**

青空のもと、広いグラウンドを伸び伸びと駆けまわってください。そして学生生活をより明るく楽しいものにしてください。