

平成17年 西大井ウインズ<Bクラス> 活動方針

西大井ウインズの基本方針

- ① 監督・コーチが意思疎通を図る。
- ② 選手に、練習・試合の目的を理解させ、目標を持たせる。
- ③ 上クラス(中学生野球等)へと繋がるチームづくり・選手指導を行う。



西大井ウインズB

【スローガン】 **集中：1点を取るためのプレー、1点を与えないためのプレー**

【野球技術の向上】

1. バッティング： ①正しいフォームでボールをしっかりとミートする ②選球眼を養う。
2. 守 備： ①状況に応じた捕球体制、次のプレーへの送球判断 ②野手同士(内野、外野)、中継時の連携
3. 走 塁： ①各塁でのリード ②盗塁 ③シングルヒットから本塁打までのベースランニング
4. マ ナ ー： 練習、試合等におけるマナー(あいさつ、集合時間、移動時の交通ルール等)
5. そ の 他： 野球を通じての人(下級生等)への思いやり、優しさ

【個人の体力アップ】

- 基 礎 体 力： ①試合時間(7回)を守りきるための持久力(マラソン、ベースランニング)
： ②バッティングに必要な筋力(腕立て、スクワット、素振り)

【年間勝利7割(20試合を想定)】

1. 報知杯、防犯大会、読売杯において入賞【品川区長杯への出場】
2. 練習試合： 年間10試合程度を実施し、全員の技術アップを図る。

【スタッフ】

監督：田上 コーチ：関 コーチ：都築 コーチ：徳永 コーチ：竹家 ※コーチ不足のため、他クラス相互の協力、皆様の協力をお願いします。

