

平成21年度 西大井メッツ・ウインズBクラス 活動方針

西大井メッツ・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。



西大井メッツ・ウインズBクラス

【スローガン】勝利をつかめ！最後の1球まで！

1点を与えないために皆が出来ること、1点を取るために自分で出来ることを考え、実行する。

【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全ての動作に対するための柔軟性(アップストレッチ、アフターストレッチ)

【思考・判断力アップ】

- 自 主 性 : ①練習・試合の準備やスケジュールの把握(選手向けお知らせの配布、個人の目標設定)
協 調 性 : ②学校以外での生活、行動による仲間意識(練習、試合、合宿、移動での連帯行動)

【年間勝利7割(50試合を想定)】

1. 品川地区大会での上位入賞(報知、防犯、区長、読売)、上位大会への出場。他大会への積極的な参加。
2. 練習試合 : 年間30試合以上を実施し、全員の技術力・精神力アップを図る。

【スタッフ】

監督: 田上 コーチ: 安田、栗木、本田、竹家、関、坂元、庄村

マネージャ: 菱山、志村

会計: 喜多村

