

ベースボール型「ソフトボール」スキルアップテキスト

中学校	個人スキルアップ		チームスキルアップ	
練習・ゲーム名	ダブルプレー			
身に付ける技能	バット操作	走塁	ボール操作	守備
		①	④ ⑤ ⑥	③ ⑤
ねらい	○ 捕球動作から、投球までの動きができる。ダブルプレーを覚える。			
行い方	<p>【ダブルプレー】</p> <p>① ゴロを出して④に走る</p> <p>② 捕球して③へ送球</p> <p>③ 補給して④へ送球</p> <p>ゴロ</p> <p>走塁</p> <p>ボール</p>			
場	○ 三角コーン（各ポジションの待機用）		1・2塁ベース	
留意点	<ul style="list-style-type: none"> ○ 投球のフォームを意識しながら行う。 ○ 相手のとりやすいボールを投げる。 ○ 声を出しながら行う。 			

