

下工オープン戦レポート!

☆11月以降に実施した主なオープン戦(練習試合)の結果をご報告いたします。

11月12日(土) 対 聖光高校・光高校 戦 「今シーズン練習試合 最終日」

○ 下松工 6-3 聖光

左腕の中田(2年)が初の完投勝利をおさめました。この試合は、練習してきた「インコース」を突くことをテーマとして臨み、まずまずの手ごたえを掴むことができたと思います。四死球で大崩れすることもなく、ひと冬越えて更に投球の幅をひろげてくれるはずです。

打っては四死球を絡め、3番村野(2年)、4番潮田(2年)の連続タイムリー等で6得点を挙げることができました。

● 下松工 4-6 光 (*8回 日没コールド)

中国大会準優勝の光高校と、1年生主体のチームどうしで対戦しました。2回に8番濱中、2番寺河内の適時安打を含む5安打、9番奥田(優)の犠飛で3点を先制しました。5回には4番江原の犠飛で1点を追加し、チャンスで得点を重ねることができました。

投げては江原が緩急を生かす打たせてとる投球を披露し、アクシデント降板するまで自責点3で抑えました。しかし失策なども絡み、4-6で競り負けました。2試合を通じてバントの失敗が目立ち、冬季にバントの精度向上をめざします。

充実! 下工冬練の紹介 ~下松工業野球部の冬の練習の様子・内容を紹介します~

その1 体と「心」を鍛え上げるトレーニング(原則毎日)

冬練の目的は、体作りはもちろんですが、「心」を鍛えることを1番大切にしています。「苦しい時の粘り!」、「苦しい時こそ仲間を鼓舞する!」ことを徹底し、厳しい練習に打ち込んでいます。逆境に強い選手・チームになり、大舞台で力を発揮できるようになることが目標です。



↑ナイター設備で存分に練習時間の確保。ラン系のメニューでは必ずタイムを設定し、逆境に打ち勝つ強い心を養います。

その2 フロントのトレーナーによる「フィジカルサポート」(週1回)

11月より平日週1回、光市のスポーツ交流村に出かけ、フロントのトレーナーから2時間のトレーニング指導を受け、「科学的に」「効率のよい」体づくりをすることができます!ひと冬越えて、大きなパフォーマンスアップが期待できます。



その3 野球規則の勉強会(定期的に)

ひと冬かけて、定期的に野球規則の勉強会を行います。最低限知っておくべきルールも、意外と知らないものです。野球に詳しいこと、不測のプレーに冷静に対応できることはそれだけで戦力であり、そんなクレーバーな選手を全員にめざしてもらいます。オリジナル問題集(右)を使い、「どこよりも野球に詳しい野球部」をめざします!

更に、高校野球まで熱心に野球に打ち込んだ者として、卒業後も「生涯野球人」として生きるための教養を身につけることも目的です。

各ルールの定義や、実例を扱い、「どう対応すべきか」まで確認します。第一回は占有権やフォースプレー、第3アウトの置換えなどを確認しました。



下松工業高等学校 硬式野球部
野球ルール確認問題 50
~最低限のルールは誰でも知っておこう~

ねらい:

一、「試合で勝つ」ために...

ルールを知っておけば得をします。無駄なプレーや失点を防ぐことができ、難しいプレーの際にも冷静に最善の判断・対応ができます。そんなルールを理解している選手は「戦力」です! そんな選手が一人でも多いチームにしていきたいです。

二、「生涯野球人として生きる」ために...

高校野球を経験した者として胸を張れるように! 将来、様々な場面で野球に携わったり、親になって子ども達に野球を教えたりする際に、きちんと教えてあげられる大人になってください。「さすが下松工業野球部OB!」と言われるような野球人として生きていきましょう。

公認野球規則 試合の目的 [1.05]
各チームは、相手より多くの得点を記録し、()ことを目的とする。

名前: ()