

打率アッププログラム



1.なぜ？打率アップをするべきなのか



打率をアップさせることでどうなるのか？

- ・ヒットが多く打てる
- ・得点につながる
- ・出塁が増える
- ・選手としての評価が上がる



打率の計算方法

打率 = 安打 ÷ 打数

※打数とは、打席数から犠打、犠飛、四死球を除いたもの



メジャーリーグでは…

打率ではなく

OPSが重要視される！！

OPS=出塁率+長打率



本当に打率を上げることが 大切なのか？

打率を上げることで生まれる弊害はないのか？
また、打率アップだけを目的にすることがいいのか？



- ・アベレージヒッター
- ・長距離ヒッター

この2種類の特徴を持つバッティングは
両立することが難しい...
と言われるが、本当にそうなのでしょうか？



両立はできる！！

打率をアップさせるためには
バットを振ることが大切。
自分のスイングをする事で打率は上がる



自分のスイングが打席の中で
多くできれば
打率アップへ繋がる！！



1.なぜ？打率アップをするべきなのか まとめ

- ・選手としての評価基準になる
- ・目標を数字で追う事ができる
- ・他の選手との比較ができる

