

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

$$\text{打率} = \text{安打} \div \text{打数}$$

※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