

# 内野手の捕球動作で 覚えておきたいこと

# 1.内野手としての心構え

# 試合でチームが勝つために 必要な内野手の役割

「防げるミスを確実に防ぐ」  
「取れるアウトを確実にアウトにする」

# 防げるミスを確実に防ぐ

プレーの実力ではなく

- サインミス
- カバーリングミス
- 準備不足

で起こるミスをチームからなくす

# 取れるアウトを確実にアウトにする

- ファインプレーはいらない
- 「**捕って、投げる**」の確率を上げていく

# ピッチャーの気持ちを考えさせる

- できることをやらないことによって起きるミスは**精神的ダメージ**になる
- 確実にできることを確実に行わせる
- ミスした時に**納得される**内野手

その中で・・・

**「キャッチボールの重要性  
を説き、取り組んでいく」**

# なぜ、キャッチボールを 重要視するのか

- 練習で毎日行うメニュー
- 「捕球」をすることの徹底

# キャッチボール

## 良い例

- プレーに関する声をかける
- あらゆるプレーを考えて
- 相手をファーストと想定

## 悪い例

- 隣とベラベラ喋る
- ただの肩慣らし
- ただのキャッチボール相手

# 普段の行いから徹底する

- チームから信頼され、任せられる選手  
例えエラーをしても  
「**あいつがミスしたなら仕方ない**」と、  
チームの全ての人から思われるような行い
- 普段のキャッチボールからただ単に行わない

# 一つ一つのプレーへの意識

**常に選手自身が  
内野手を守っていることを考えて行う  
(チーム、ピッチャーの信頼を得る)**

# 他のポジションの選手との コミュニケーション

- 他のポジションの選手との  
**野球における**コミュニケーションを行わせること
- 日頃の練習からコミュニケーションをとっていないと  
**試合での連携ミス**に繋がってしまう

# チーム全体としてのレベルアップ

仲良しクラブでなく、  
**野球の仲**が良いチームにしていく

その中心になっていくのは**内野手**



# 1.内野手としての心構え

## まとめ

- **内野手の役割**を理解させていくこと
- **キャッチボールの重要性**を周知していく
- **選手同士のコミュニケーション**をとることで  
**チーム全体**としてのレベルアップに繋がる