**球技『ソフトボール』　バッティング段階表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **段階** | **バッティングの姿** | **技術ポイント** | **練習方法（技能の視点）** |
| **５（よりうまくできる）** | **＜バッティングの一連の動作に関わって＞**○体の軸を安定させたスイングで、球の速さやコースに応じて打ち分けることができる。**握り（グリップ）・構え→踏み込み（ステップ）→振り方（テイクバック・スイング）→フォロースルー** |
| **４（うまくできる）** | **＜安定したバット操作に関わって＞**○身体の軸が安定した一連のスイングができる。○タイミングを合わせてバットの芯でボールを　捉えることができる。○強い打球を打ち返すことができる。▲球のコースに応じて打ち分けることができない。▲バットを振り切ることができず、当てるだけになってしまう。（ダイナミックなフォロースルーがない） | ○真ん中の球はベースの上で内角の球はベースの前方で　外角の球はベースの後方で　ボールを捉える○バットを最後まで振り切る | **○様々なコースの****投球を打ち返す**①投球のコースに応じて打ち分けられているか・真ん中→センター方向・内　角→レフト方向（右打者）・外　角→ライト方向（右打者）②バットを振り切っているか |
| **３（できる）** | **＜基本的なバット操作関わって＞**○投球方向と平行に立ち、肩越しにバットを構えることができる。○地面と水平になるようにバットを振り抜くことができる。○易しい球を打ち返すことができる。▲早く打とうとして体が前のめりになる。▲へその前でボールを捉えることができない。 | ○頭の位置が軸足の真上（軸足でためて待つ）○後ろ肘をへそに引きつける | **○正面からの易しい投球を打ち返す****○トスバッティング**①頭の位置が軸足の真上にあるか②へその前でボールを捉えることができているか |
| **２（うまくできない）** | **＜構え・バット操作に関わって＞**○バットを肩越しに構えることができる。**＜ボールミートに関わって＞**▲ボール速度とスイングのタイミングが合わない。▲ボールの高さとスイングの高さが合わない。▲スイングで両手が離れてしまう。 | ○水平にバットを振る○ボールを最後まで見る○最後まで両手で振り切る | **○トスバッティング**①ボールを最後まで見てスイングしているか②動くボールをバットで捉えられているか |
| **１（できない）** | **＜構え・バット操作に関わって＞**・バットを正しく構えることができない。▲握り方が左右逆になる。▲構えで両手が離れてしまう。（竹刀の握り方になる。）▲体の前でバットを構えてしまう。▲スタンスが肩幅より狭い・バットを正しく振ることができない。▲縦に振ってしまう▲軸足（後ろ足）が回らない。 | ○軸足（後ろ足）をぼしきゅうを支点に回す○スタンスは肩幅よりやや　広めに構える○バットを構えた両手は軸足（後ろ足）の上 | **○ティーバッティング**①スイングで軸足（後ろ足）が回っているか②ボールをバットで捉えられているか**○素振り**①握り方が合っているか②肩越しに構えることができているか③地面と水平にバットを振ることができているか |