

◆◆講師紹介◆◆



小田 伸午 教授
関西大学人間健康学部
※詳細は裏面

対象

堺市にお住まいの
中学生

定員

女子中学生100名
(野手80名 投手20名)

先着順

持ち物

- 運動できる服装
- 帽子
- グラブ
- バット
- ボール
- タオル
- 水筒
- 体育館シューズ
(雨天の場合)

堺市の中学生を対象にソフトボール教室を開催いたします！
健康・スポーツ科学の専門家、関西大学の小田伸午教授による
日本代表チームに指導した、ソフトボールに必要な基本動作やカラダの使い方を実践形式で指導します。
ふるってご参加ください！

2019年5月26日(日)

13:00~15:30

※受付は12:30から堺キャンパスB棟食堂前で開始します。

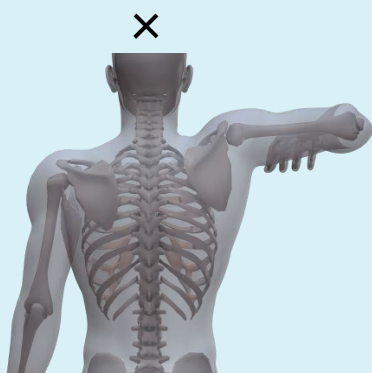
IN 関西大学堺キャンパス
エバーグリーン(人工芝広場)

南海高野線浅香山駅下車、すぐ。
(雨天時は、体育館アリーナおよび格技・実習教室で開催します)

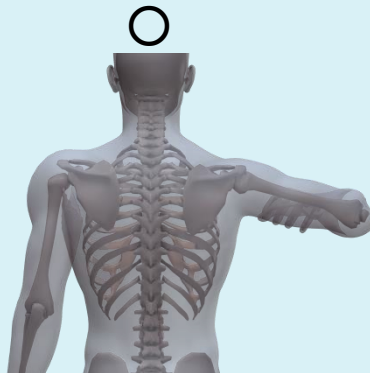
当日のプログラム(予定)

小田教授による「ソフトボール選手なら知っておきたいからだのこと」の講習会を行います。打ち方、投げ方を中心に理論指導を小田教授が行い、講習会后、関西大学体育会女子ソフトボール部員が投げ方、打ち方の指導を行います。投手については、別メニューでウィンドミル投法の基本を女子部員が指導します。

講習会では、1) 肩甲骨の安定した使い方、2) 肩と腕をしなやかに使うための親指の使い方の2点を中心に解説します。とくに、腕を動かすときに、肩甲骨の可動域を大きく動かせばよいと思っている方は、正しい肩甲骨と腕の使い方を覚えて頂きたいと思います。



×
間違った肩甲骨の使い方
腕を挙げると肩甲骨も動いてしまう



○
正しい肩甲骨の使い方
腕を挙げても肩甲骨が元の位置にある

※プログラムの内容には変更が生じる可能性があります。



(小田伸午教授の主な著書)
『身体運動における右と左 筋出力における運動制御メカニズム』(京都大学学術出版会)
『実戦ラグビーの科学』(大修館書店)
『運動科学 -アスリートのサイエンス-』(丸善出版)
『スポーツ選手なら知っておきたい「からだのこと」』(大修館書店)
『野球選手なら知っておきたい「からだのこと 投球・送球編」』(大修館書店)
『一流選手の動きはなぜ美しいのか からだの動きを科学する』(角川選書)
『トップアスリートに伝授した 怪我をしない体と心の使いかた』(創元社)

【講師紹介】

小田 伸午

(関西大学人間健康学部教授)

1954年愛知県生まれ。1979年に東京大学入学。東京大学大学院、京都大学、京都大学大学院、京都大学高等教育研究開発推進センター教授を経て現在に至る。

わが国のスポーツ科学の第一人者であり、科学と感覚（客観と主観）を総合的に分析することにより、これまで日本のスポーツ界が勘違いしてきた数々の「錯覚」を指摘。科学に感覚を巻き込んだ二軸運動理論の先駆者的存在。

小田理論は、日本を代表するスプリンター・朝原選手をはじめ、北京五輪優勝のソフトボール日本代表チーム、ケイリンの銅メダリスト永井清史選手、サッカーの日本代表・前田遼一選手にも影響を与える。

【実技指導者紹介】

吉末 和也

(関西大学体育会ソフトボール部監督)

1967年、大阪府堺市生まれ。上宮高等学校ソフトボール部主将、関西大学体育会ソフトボール部副将。ニュージーランドソフトボール留学。大学卒業後は、日本リーグ1部、大阪グローバルに所属し日本リーグ3位、なみはや国体準優勝等の成績を残す。

1991年から関西大学体育会ソフトボール部監督として指導にあたり（全日本大学ソフトボール選手権大会準優勝1回、3位3回、関西リーグ優勝6回）。2010年に関西大学堺キャンパスで体育会ソフトボールの女子部員の活動を開始し、指導にあっている。

（その他の役職）

公益財団法人日本ソフトボール協会ルール委員

全日本大学ソフトボール連盟理事

日本リーグ大阪グローバルサポータークラブ事務局長



◆申し込み方法：

下記の参加申込書にご記入の上、郵送、FAX
またはEメールで関西大学堺キャンパスまでご送付ください。

（住所）〒590-8515 堺市堺区香ヶ丘町1-11-1

（宛先）関西大学堺キャンパス事務室

地域連携担当「第8回ソフトボール教室」係

（FAX）072-229-5082

（Eメール）sakai-info@ml.kandai.jp

◆申込締切：5月10日（金）必着

◆お問合せ

関西大学堺キャンパス事務室地域連携担当

072-229-5024

※ご不明点等がございましたら、お問い合わせください。



関西大学ソフトボール教室（2019年度）申し込みフォーム

住 所 〒 -			所属チーム名/所属学校	
ふりがな 名 前	学年	ピッチング指導を 希望する()	電話番号	- -
			携帯番号	- -

※チームでの参加を希望される場合は、別紙の参加申込書をご利用ください。

ご記入いただいた個人情報は、関西大学個人情報保護規程に則り適切に管理いたします。

本行事への参加登録とご連絡にのみ利用し、これ以外には利用いたしません。