

女子
中学生対象

【平成28年度 堺市と関西大学との地域連携事業】



第5回 関西大学ソフトボール教室



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・スポーツ科学が専門の小田教授が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。

- ◆監修・講師：小田伸午（関西大学人間健康学部教授）
吉末和也（関西大学体育会ソフトボール部監督）
- ◆実技指導スタッフ：関西大学体育会ソフトボール部女子部員
- ◆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）
※申込人数が定員をオーバーした場合、先着順とさせていただきます。
あらかじめご了承ください。
- ◆日時：平成28年5月22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。
- ◆場所：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徒歩1分
（雨天の場合は、体育館アリーナおよび格技・実習教室で開催します）
- ◆参加費：無料
- ◆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）



当日のプログラム（予定）

- 13:00 開講式
- 13:10 ウォーミングアップ（女子部員）
- 13:30 ソフトボール選手にとって知っておくと得をする走り方（小田教授）
- 14:00 打ち方（右打者と左打者の違い）（小田教授）
- 14:30 投げ方と捕球体勢、キャッチボール、ノックなど（小田教授）
- 15:00 打撃の練習方法と実践について（女子部員）
希望者には、スイングスピードを計測します。

15:30 閉講式

【ピッチング指導】
ウォーミングアップ終了後に別メニューで女子部員が指導します。
○指導内容：ウィンドミル投法の基本（女子部員）

※プログラムの内容には変更が生じる可能性があります。

◆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
「第5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6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（平成28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。

【講師紹介】

小田伸午（関西大学人間健康学部 教授）



昭和29年愛知県生まれ。昭和54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。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。

（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）



【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）

昭和42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。

平成3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8回）。平成22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）

国際大学スポーツ連盟ソフトボール技術役員

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

