

三朝中学校野球部 活動方針

1 部活動をするうえで大切にしていること

(1) けがをしない体づくり

(2) 納得のできる引退

(3) 自治

2 生徒が考えた部の方針

(1) 部の目標

県総体に代わる中部の大会で優勝する。
つなぐ野球をする。

(2) 部で大切にすること

- ・いつも大きな声で挨拶をする。
- ・返事、挨拶、かけ声は大きな声で元気よくする。
- ・道具を丁寧に扱う。

(3) 約束事

- ・指示には必ず返事をする。
- ・野球以外の私語はしない。
- ・並んだらしゃべらずに気をつけをする。

3 顧問からのお願い

・練習に遅刻、欠席をするときは必ず連絡をしてください。伝言ではなく、直接電話で極力お願いします。

・けがをしたり、どこか痛みがあったりする場合はすぐ病院に行ってください。病院の先生の指示の下、練習を行います。

3 普段の練習メニュー

(1) 平日

- ・ランニング ・アップ ・キャッチボール ・バント練習 ・トスバッティング ・ハーフバッティング
- ・ロングティー ・挟殺プレーの練習 ・ボール回し ・ノック ・リピートターン ・ピッチング練習など

(3) 休日(平日の練習にプラスして行います)

- ・ランナー付きノック ・走塁練習(盗塁、第2リードなど)
- ・ケースバッティング ・練習試合 など