

ティーボールとは?

ティーボールは、野球やソフトボールによく似たスポーツです。

ティーボールでは、本塁プレートの後方においたバッティングティーにのせたボールを打者が打ちます。ボールやバットはウレタンで包まれた柔らかく軽いものを使用し（ゴムボールを使用することもあります）、グローブの使用は自由です。またピッチャーがないこともティーボールの大きな特徴です。

打者は**止まっているボールを打つ**ため、空振りやファウルはほとんどなく、打球は内野手や外野手方向へ頻りに飛び、短時間で全員が運動の基本的な動作である「**打つ、捕る、投げる、走る**」を楽しく体験できます。



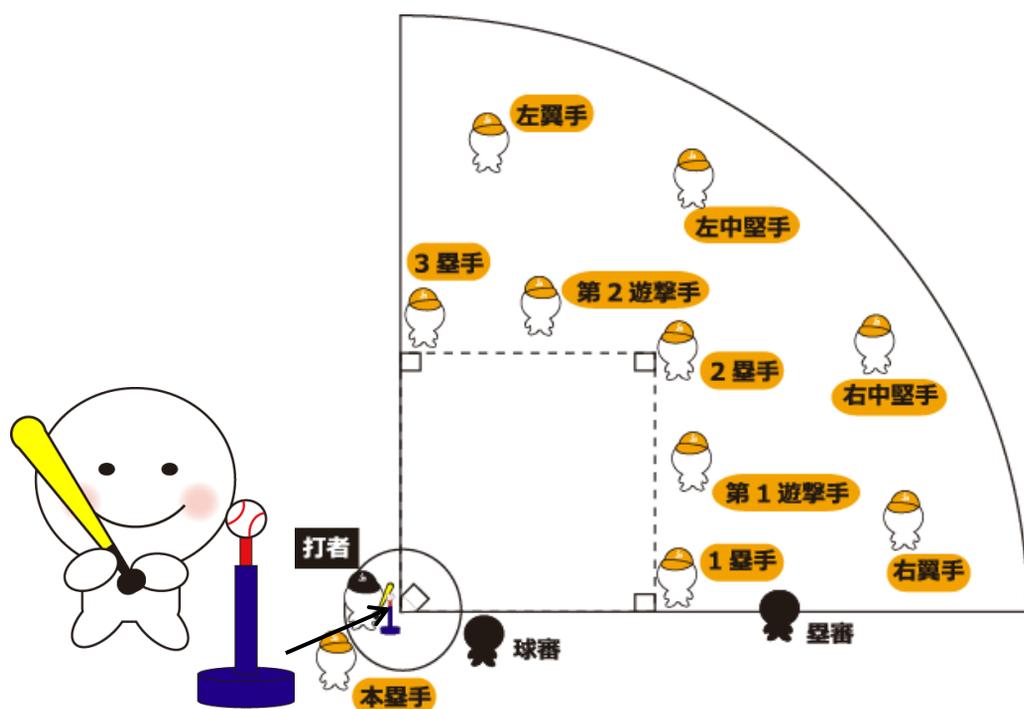
◆ティーボール教室で行うこと◆

- ① ルール説明
ティーボールのルールについて説明します。
- ② バッティング（打つ）
バットでボールを打つ練習を行います。
- ③ 走塁（走る）
ボールを打った後の走塁の仕方を教えます。
- ④ 守備（守る）
守備の練習をします。
ソフトボール・野球とのルールの違いについて教えます。
- ⑤ 試合（総合練習）
打つ・走る・守るを行った後、2チームに分けて試合を行います。

問合せ先

一般社団法人
埼玉県障害者
スポーツ協会

電話
048(822)1120



バッティングティー