

東練馬LL選手のルール

1. すべての人にあいさつ

グラウンドのまわりには、みんなの野球のなんらかの協力者です。相手チーム、シニア、少年野球だろうが、みんな仲間だったり、サポートしてくれている人たちです。元気にあいさつしましょう。

2. グラウンド内は全力疾走

グラウンド内の移動は全力疾走です。練習と練習の切り替えは素早く。歩いて移動はしない。休む時間は休む。やる時は集中してやる。これが試合できいてきます。

3. 道具は大切にすること

練習でつけたグローブ、スパイク、バットは自分で手入れする。道具を大切にすると野球の神様が必ず味方してくれます。

4. 自分の言葉でしっかり話す

練習の欠席の連絡や練習中の体調、練習でのわからないことなどは、監督、コーチと自分の言葉でしっかりお話をしてください。

また、選手との会話もしっかり話してください。高校野球の夏の予選、甲子園では小さい声は聞こえません。試合中の仲間の声は、強い味方になることは知っているはずです。大きな声で自信をもって、自分の言葉で話しましょう。

5. いつもボールに集中する

硬式球はとても危険です。ノック、バッティング、キャッチボールの時などいつもボールがどこにあるか見ていてください。(試合中もちろんです)

6. 準備をする

最高の準備が最高の結果を生みます。バッティングも打席に入る前にたくさんやることがあります。投手のタイミング、球筋、表情、クセなど、さらには、それを見分ける普段からの練習。前日の試合・練習の準備など。準備をしっかりしてください。

7. 感謝の気持ちを忘れない

いま野球ができるのは、お父さん、お母さん、チームメイト、対戦相手、いろいろな人のおかげです。感謝の気持ちの先にいる誰かのために頑張れる選手は強い選手です。

以上