

三角ベースボール(手打ち野球、Hand Hit Ball)の遊び方

<指導者向け説明書>

はじめに

オリンピック種目でもある野球は、一定のルールに基づいて、ボールを投げ、打ち、走るという3つの動作を行い、その知恵と技術で競い合う、平和的なボールスポーツです。しかし、野球をやるためには、道具を準備し、複雑なルールを覚えなければなりません。

そこで我々は、以前日本国中で行なわれていた、これを簡単にした遊びである三角ベースボールを、「ハンドヒットボール(手打ち野球)」として復活させるべく、その普及のための道具として、このマニュアルを作成することにいたしました。

ハンドヒットボールは、野球の楽しさを簡単、かつ手軽に味わうための遊びです。ボールひとつあればでき、ルールも簡単に覚えられます。そして、一人一人に打つ喜びのチャンスを公平に与え、助け合う精神を学ぶことができる、社会教育効果の高いスポーツの遊びでも、あります。

このハンドヒットボールの遊び方には8つのポイントがあり、これをつかめば楽しく遊べます。本マニュアルでは、指導者向けにさらに詳細な留意点を示しておりますので、ハンドヒットボールを子供たちに紹介するにあたってのマニュアルとして、ぜひご活用ください。

遊び方と解説

ハンドヒットボールは、次の8項目にしたがって遊びます。解説をよく理解し、適宜アレンジして遊んでください。

1. (ゲームの準備)

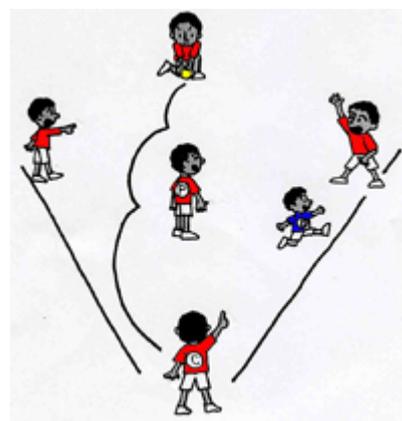
適当な広さのグラウンドで「ホームベース」を中心に扇型に「一塁」(右側)と「二塁」(左側)の場所を決め、その中心付近に「マウンド」を定めます。必要なのはボールひとつだけです。

- 野球はダイヤモンドといわれる四角形に一塁、二塁、三塁、本塁と4つのベースを置きますが、ハンドヒットボールでは簡略化して、三角形に、一塁、二塁、本塁と3つのベースをおきます。
- マウンドは、ピッチャーが投げるための場所です。
- ボールは、通常こぶし大程度のゴムボールを利用します。もしもゴムボールがなければ、新聞紙を丸め、これをビニールテープでとめたボールを使ってください。

2. (組み分けと攻守)

遊べる人が集まったら、二組に分けます。何人でも構いません。片方が攻撃する「ヒット組」で、片方が防御する「キャッチ組」です。ヒット組は、ひとりずつ順番にホームベースの前に立ち、バッターとして、ピッチャーが投げたボールを打ちます。キャッチ組はV字の内側に散らばって守ります。

- 人数は1チーム4～6人くらいが適当です。
- それぞれの同人数が望ましいですが、実力・年齢差のある子供たちでやる場合、例えば年長の子供が4人と年少の子供が6人、といった具合に、戦力が拮抗するようにバランスをとる考え方もあります。
- 野球では、1チーム9人と定められており、効率よく守るためにポジションが決まっています。これを参考に守ることをおすすめします。(右図を参照)



3. (投球と打球)

キャッチ組のひとりがピッチャーとなり、マウンドからホームベースをめがけ、**ゴロ**または**ワンバウンド**、あるいは**山なりの打ちやすい**ボールを投げます。

ヒット組からは一人、バッターを出しますが、バッターはホームベースのそばに立ち、それを**素手**または**棒の形をしたもの**で打ちます。投げ方と打ち方は仲間で相談して決めてください。打った球がV字の中側に飛ぶまで、何度でも打ってください。(インプレイの概念)

- キャッチ組の投げ手がボールを投げる場合、バッターが打ちやすいボールを投げるのが重要です。
- 投げ手とバッターの距離は適宜判断してください。
- 打ったボールがV字の外に出ると、「ファール」になります。ファールを打ったら、再度打ち直します
- サッカーボールを使い、打つ代わりに蹴る、というやり方もあります。

4. (セーフとアウト)

バッターは、打ったら一塁に走ります。キャッチ組は打たれたボールを取って一塁に投げます。味方の誰かが一塁ベースに入って、このボールをとります。ボールとバッターのどっちが早く一塁ベースに到着するかの競争です。ボールが早ければ「アウト」で、次のバッターに交代します。バッターの足が速ければ「セーフ」で「ランナー」として塁に残れます。(セーフとアウトの概念)

- アウトかセーフかわからない「同時」の場合は、「セーフ」と判定します。
- アウトになったヒッターは、再び順番が回ってくるのを待ちます。
- セーフになったバッターは、ランナーとして塁上に残り、次のバッターが打つのを待ちます。
- ランナーは、次のバッターが打ったら、塁を離れることができます(次の塁に向かって走ります)。
- 野球では、ピッチャーが投げた時点で次の塁に向けて走ることができます(盗塁といいますが)、ハンドヒットボールでは、盗塁は認められません。
- 一塁ランナーが二塁に到達する前に二塁にボールがいたら、一塁ランナーはアウトです。
- ベースについて人がほかの人からの送球を受けづらく、しょっちゅうボールを落とすような場合、バッターやランナーが次のベースに到達する前にボールをぶつけられたらアウト、とするルールを採用することもできます。

5. (攻守交代)

3回アウトになったら攻守は交代します。この攻守交代を何度繰り返すかはチーム同士で決めてください。(インニングの概念)

- 野球は通常、攻守の組み合わせを9回繰り返します。これを9インニング制といい、それぞれの組み合わせの先攻を表、後攻を裏といいます。
- 野球ではルール上、3アウトで交代ですが、ハンドヒットボールでは、2アウト交代とするなどの工夫を行うことができます。
- スコアは下のような表を使います。

(スコア例) Aチーム対Bチームで、全6インニングと定めた場合

	1回	2回	3回	4回	5回	6回	計
A	0	0	2	0	4	0	6
B	1	0	0	1	2	3	7

6. (得点と勝負)

同様にして順番に、バッターはボールを打ちます。ボールが打たれたら塁に残ったランナーは次のベースをめがけて走り、最終的にホームベースまで帰れたら一点です。また、ヒッターはボールが帰ってくるより早ければ、一塁を踏んで二塁、またはさらにホームまで一気に進むこともできます。三人がアウトになるまでに何点取れるかのゲームです。(進塁と得点の概念)

- 打つ順番は、最初に定めたとおりの順番を最後まで守ります。
- イニングが変わったら、前の回の最後のヒッターの次の順場の人から打ち始めます。
- バッターやランナーが前のランナーを追い越したら追い越した選手はアウトです。
- ランナーは、一つの塁に一人しか立てません。塁にいるランナーは、後ろから味方の選手が走って来たら、次の塁に向かって進まなければなりません。

7. (直接捕球の勧め)

打った球を地面に落とさずに直接捕球すれば、その時点で「アウト」です。その時は塁に残っているランナーは前に進めません。(アウトの概念2)

- 打ったボールが空中にあがって直接取られたら(フライボール)、ランナーはいったん前の塁まで戻らなければなりません。戻る前にボールがその塁に達したら、ランナーも「アウト」です。
- このため、バッターの打ったボールが空中にあがった時、ランナーは直接捕られる可能性を考えながら走る必要があります。

8. (プレーのポイント)

ゲームを楽しむコツは、ヒット組はだれも捕球できないような場所に打つこと、キャッチ組は球が飛んできそうなところで待って、出来れば**直接捕球**すること。ゴロの時は正確に球を捕球して**正確に一塁に投げる**ことです。(ゲームの面白み)

- 大きい当たりを打つホームランは魅力がありますが、塁に出るために軽くボールを打ってすばやく一塁に行く、という方法もあります。
- 人数が少ない場合や実力差が大きい場合などスリーアウトになりにくい時には、2アウトで交代する、または6人打ったら交代するなど、柔軟にルールを変更できます。
- 1イニングで打つ人数をあらかじめ決めておくと、ヒット組とキャッチ組をする時間がほぼ同じになり、また全員に公平に打つ順番が回るというメリットがあります。