

8 バッティング ～バットの持ち方とスイングを覚えよう～

P.06の事前準備を参考に広ってください。

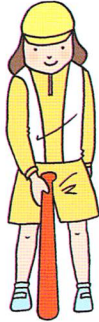
☆この説明は右利きの場合です、左利きの場合は反対になります。



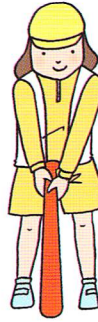
持ち方



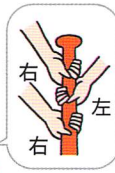
右手でバットの一番下を持ちます。



そのまま地面に降ろします



右手のすぐ下を左手でつかみ、もう一度右手で、そのすぐ下をつかみます。



そのまま右肩にかつぎます。

スイング



「いち！」



1.右肩にバットを置きます

「にー！」



2.右耳のところまであげます

「さん！」



3.左手をひっぱるように回します

POINT

バットを持つときは大きく広がり、隣の人に当たらないように気をつけましょう。