

# ティーボール入門



NPO法人日本ティーボール協会編

<http://www.teeball.com/>

# ティーボールが小学校の必須授業に再び採用！

平成 29 年 3 月、文部科学省より「小学校学習指導要領解説・体育編」が発表され、第 3 学年・第 4 学年では、以下の如く、

## ウ ベースボール型ゲーム

ベースボール型ゲームでは、その行い方を知るとともに、ボールを蹴ったり打ったりする攻めや捕ったり投げたりする守りなどの基本的なボール操作と、ボールの飛球方向に移動したり、全力で走塁したりするなどのボールを持たないときの動きによって、攻守を交代する易しいゲームをすること。

### 〔例示〕

- 攻める側がボールを蹴って行う易しいゲーム
- 手や用具などを使って打ったり、静止したボールを打ったりして行う易しいゲーム
  - ・ボールをフェアグラウンド内に蹴ったり打ったりすること。
  - ・投げる手と反対の足を一步前に踏み出してボールを投げること。
  - ・向かってくるボールの正面に移動すること。
  - ・ベースに向かって全力で走り、かけ抜けること。

### ◎運動が苦手な児童への配慮の例

- ・ボールをフェアグラウンド内に蹴ったり打ったりすることが苦手な児童には、大きなボールや軽いボールを使ったり、手や大きなバット、軽いバット、ラケットなどを使って打ったり、静止したボールを蹴ったり打ったりすることができるようにするなどの配慮をする。
- ・投げる手と反対の足を一步前に踏み出してボールを投げるのが苦手な児童には、的当てゲームを取り入れたり、紙鉄砲やタオルを使って遊ぶ場を設定したりして、投げる動きが自然に身に付くような練習をするなどの配慮をする。

また、第 5 学年・第 6 学年では、

## ウ ベースボール型

ベースボール型では、その行い方を理解するとともに、静止したボールやゆっくりとした速さで投げられたボールを打つ攻撃や、捕球したり送球したりする守備などのボール操作と、チームとして守備の隊形をとったり走塁をしたりするボールを持たないときの動きによって、攻守交代が繰り返される簡易化されたゲームをすること。

### 〔例示〕

- ソフトボールを基にした簡易化されたゲーム
- ティーボールを基にした簡易化されたゲーム
  - ・止まったボールや易しく投げられたボールをバットでフェアグラウンド内に打つこと。
  - ・打球方向に移動し、捕球すること。
  - ・捕球する相手に向かって、投げること。
  - ・塁間を全力で走塁すること。
  - ・守備の隊形をとって得点を与えないようにすること。

### ◎運動が苦手な児童への配慮の例

- ・打球方向に移動し、捕球することが苦手な児童には、ゆっくり投げられたボールを移動して手に当てる練習を工夫したり、柔らかいボールを素手で捕る練習を工夫したりするなどの配慮をする。
- ・守備の隊形をとって得点を与えないようにすることが苦手な児童には、チーム練習の中で守備位置やその役割を確認したり、互いに言葉かけをしたりするなどの配慮をする。

と記されました。

このことで、ティーボールは引き続き、今後 10 年間、小学校第 3 学年・第 4 学年の「ゲーム」、ならびに第 5 学年・第 6 学年の「ボール運動」のベースボール型（ゲーム）において、最も重要な教材として位置づけられることになりました。

## 日本式ティーボールとは

ティーボールは、投手のいない野球であり、ソフトボールである。ティーボールが野球やソフトボールと大きく異なるところは、本塁プレートの後方に置いたバッティングティーにボールを載せ、その止まったボールを打者が打って試合が始まることである。

このゲームは、元々1988年に、IBA（国際野球連盟）とISF（国際ソフトボール連盟）が協力して、野球やソフトボールの入門期の子供達のために「アメリカ式Teeball」として考案されたものである。

それを受けて、現在、アメリカやカナダの子供達の間で加速度的に普及している。

オーストラリアやニュージーランドの子供達の間でも、1979年以來、柔らかいボールを用いた独自のティーボールとして広く全土に普及している。

一方、我が国では、1981年に発足した「大学スローピッチソフトボール研究会（吉村正会長）」が中心となって「いつでも、どこでも、誰でも、楽しくプレー出来る野球・ソフトボール」の研究と実践を開始した。この研究会は、「国民皆ベース・ボール」を目標にして、「日本式ティーボール」を1993年に完成させ、「日本ティーボール協会（会長海部俊樹・筆頭副会長吉村正）」を発足させた。

以下が「日本式ティーボール」の中心となるルール（競技方法）と遊び方である。



## 競技の方法と「遊び方」

ティーボールは、少人数でも大勢でも楽しめるボールゲームである。

全国大会や地区大会などでは、日本ティーボール協会が制定した「公式規則」に則ってプレーし、少人数で楽しむときは、そのときに集まった人数、性差、年齢、グラウンド（体育館）の広さ、技術差、用具の質と数を考慮したルールのもとで、プレーすることが大切である。

ここでは、ティーボールの「公式規則」に則った競技の方法と少人数で楽しむための方法を紹介する。

# ティーボール競技規則（抄）

## 1. 施設と用具

### ① 施設・使用球・使用バット・対象者

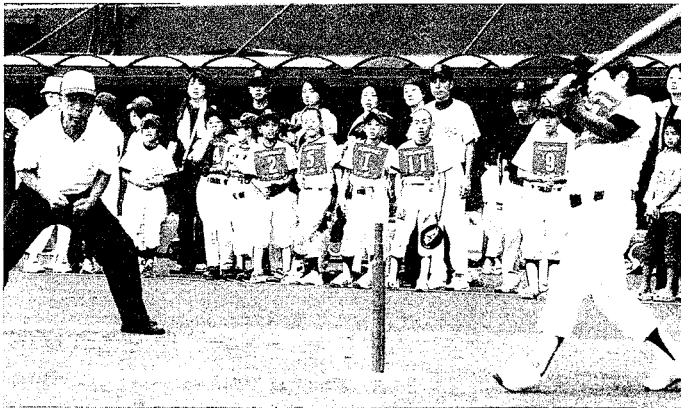
| 場所                         | 使用球                                       | 塁間     | 外野フェンス<br>までの距離 | 対 象                      | グラブ |
|----------------------------|-------------------------------------------|--------|-----------------|--------------------------|-----|
| 屋内<br>屋外内                  | (インドア) ティーボール                             | 5～10m  | 無               | 幼児<br>小学生低学年             | 不要  |
|                            | 11・12インチ・ティーボール                           | 10～14m | 40m以上           | 小学生<br>中学生・高校生以上女子       | 使用可 |
| 屋外<br>運動場・サッカ<br>ー・野球場・その他 | 9 インチ・ティーボール                              | 16m    | 50m以上           | 小学生低学年                   | 使用可 |
|                            | 11インチ・ティーボール                              | 16m    | 50m以上           | 小学生                      | 使用可 |
|                            | 12インチ・ティーボール                              | 16m    | 50m以上           | 小学生高学年<br>中学生・高校生以上女子    | 使用可 |
|                            | 9 インチ・ティーボール<br>(アメリカIBAとISF<br>ルール適用の場合) | 18.29m | 60m以上           | 4～8歳(7月31日<br>までに誕生したもの) | 使用可 |

〔注〕 使用バットに関しては、SGマークのついたティーボール用バットの使用を義務付ける（2019年より）

### ② バッターズサークル

本塁プレートの角を中心として、半径3メートルの円を描く。打者はこのサークル内で打撃を行う。

### ③ バッティングティー



バッティングティーは、本塁プレートの後方50cm以上1 m以内の間に置く。

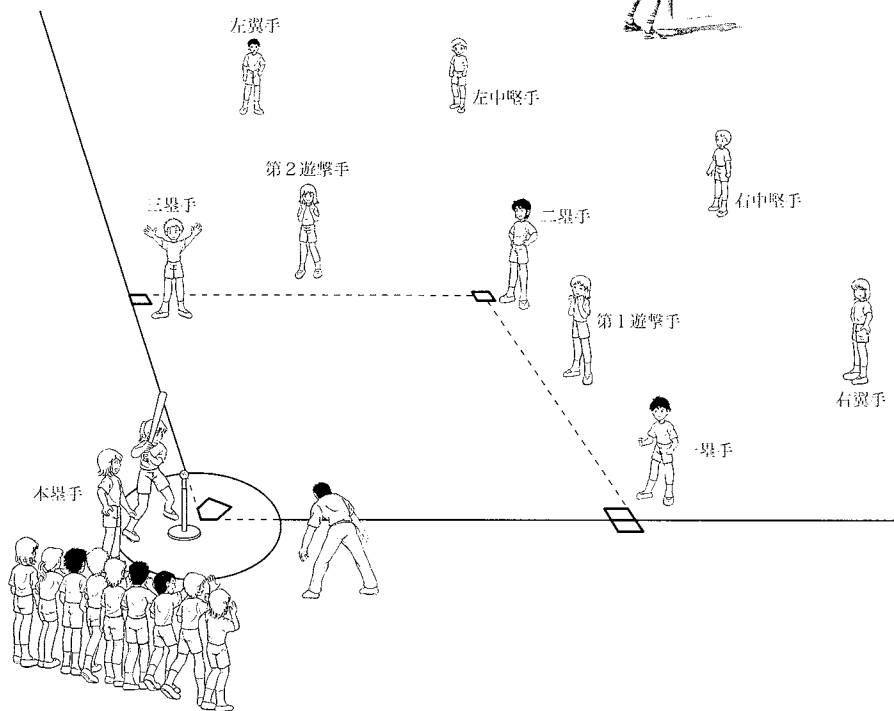
## 2. 競技者

### ① 競技者の数

競技者は10名～15名とする。両チームの選手の数と同数でなければならない。

### ② 競技者の名称と守備位置

守備者は10名である。10名の守備者は、本塁手（ホームベースマン）と、1塁手（ファーストベースマン）2塁手（セカンドベースマン）、3塁手（サードベースマン）、第1遊撃手（ファーストショートストップ）第2遊撃手（セカンドショートストップ）の5人の内野手と、4人の外野手に分かれる。外野手は、左翼手（レフトフィルダー）、左中堅手（レフトセンターフィルダー）、右中堅手（ライトセンターフィルダー）、右翼手（ライトフィルダー）に分かれる。



他の選手はエキストラヒッター（打つだけの選手）となる。

### 3. 本塁手規程

本塁手は打者が打撃を完了するまでは、バッターズサークルの外にいないといけない。

### 4. 打撃規程

- ・打者は審判が「プレイ」と宣告した後、バッティングティーに載せたボールを打つ。
- ・打撃時の軸足の移動は1歩までとする。2歩以上動かしたときは、ワンストライクが加えられる。ツーストライク後からこれを行ったときは、打者は三振である。
- ・打者がボールを打たないで、ティーだけを打ったときは、空振りでワンストライクが加えられる。ツーストライクからこれを行ったときは、打者は三振である。
- ・ツーストライク後からのファウルは、打者アウトである。
- ・バントやプッシュバントは認められない。ツーストライク後からこれを行ったときは、打者はアウトである。

### 5. 走塁規程

- ・走者は打者が打った後、離塁することができる。走者の離塁が早いときは、走者は離塁アウトになる。
- ・盗塁は認められない。
- ・スライディングは禁止する。（行くと走者アウト）。走者の1塁、2塁、3塁での駆け抜けは認められる（走者は塁ベースを駆け抜けた後、進塁の意志がない場合には野手にタッチされてもアウトにならない。）

### 6. 試合

試合は原則として次の2通りとする。

- (1) 2チームが攻撃と守備に分かれ、攻撃側の全打者が打撃を完了した時点で攻守を交代し、規定の回数（イニング）を終えたとき得点の多いチームが勝者となる。  
残塁の走者は次回に受け継ぐ。最終回の残塁者はこの限りではない。
- (2) 2チームが攻撃と守備に分かれ、第3アウトが成立することによって攻守を交代し、規定の回数（イニング）を終えたとき得点の多いチームが勝者となる。攻守の決定は、試合前に行われる審判員のコインのトスによる。

## 7. 正式試合

- 正式試合の規定回数は、左記(1)の場合、2回から4回とする。また、(2)の場合、5回から7回とする。正式試合では、大会要項の定めるところにより、試合時間制限を設けることができる。この場合、制限時間は上記の規定回数に優先する。
- 試合終了時に同点の場合には、原則として試合を延長して行う。
- 球審によって、「プレーボール」が宣告されると、試合は開始される。
- フェアボールとファウルボールは、野球やソフトボールと同じであるが、バッターズサークルフェア地域内のライン上で野手がボールに触れたり、ボールが止まったときはフェアボールとする。
- 幼児や小学生がプレーするときは、インフィールドフライのルールは適用しない。
- 登録された選手は、1試合につき原則として最低1イニング以上プレーするか1度は打席に立たなければならない。

## 8. 得点

- 走者がその回終了までに、正しく1塁、2塁、3塁、本塁に触れた場合1点が記録される。

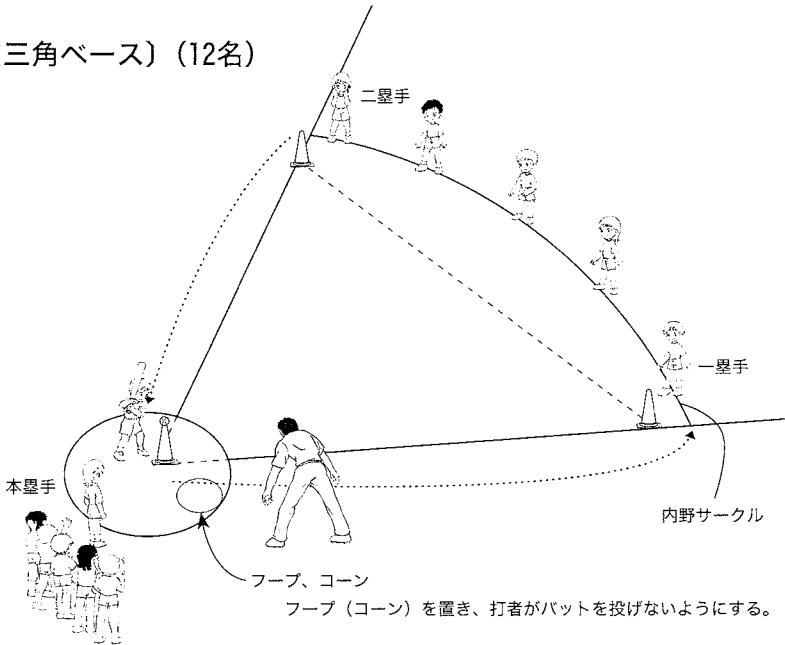
## 9. 審判員

- 審判員は、2人制で行う。2人は球審と塁審（1塁）に分かれる。
- 球審は、打者の正面横に、立つ。
- 塁審は、1塁手の後方、1塁ファウルライン上に、立つ。
- 球審は、3塁と本塁周辺のプレーをジャッジする。
- 塁審は、1塁と2塁周辺のプレーをジャッジする。
- 球審と塁審は、打者走者の進塁が一段落しボールが内野手か本塁手にもどったら「タイム」をかけ、次のプレーに移るように指示する。

〔その他の試合ルールに関しては、日本ティーボール協会公式規則（日本協会発行）に準拠する。ただし、2018年より小学生全国大会のみ、3人制を採用している〕

## 幼児へのティーボールゲーム

〔どこか点三角ベース〕 (12名)



### 【方法】

## 《ゲーム》

- ・1チームは6名とする。
- ・本塁プレートから開く角度は60°とし、本塁と塁ベースの間は3～5m（年少3m、年中4m、年長5m）とする。
- ・攻撃側の全員が打ち終わったら、攻守交代する。
- ・塁に走者が残ったときは次の回に受け継ぐ。最終回は残さない。
- ・回数は2回か3回とする。
- ・プレーの方法については、7ページ「幼児・小学1・2年生用どか点ティーボール①」を参照。

# 《打者》

- ・打者は、フェア地域の中へ力強く打つ。

## 《走者》

- ・ 打者は打ったら打者走者となり、原則としてバットをコーンまたはフープの中に置き（打者がバットを投げないようにするため）、1 塁と3 塁後方に引かれている内野サークル（守備・走塁ライン）の外（外周）を全力で走る。
- ・ 指導者が守備者からの送球を捕って幼児用ティーボールコーンにボールを載せたとき、「ストップ」と声を出させる。そのときの走者の位置を確認し、得点を決定する。
- ・ ルールを工夫してプレーする。

例：2周日も走れる（1打席につき6点まで得点できる）。

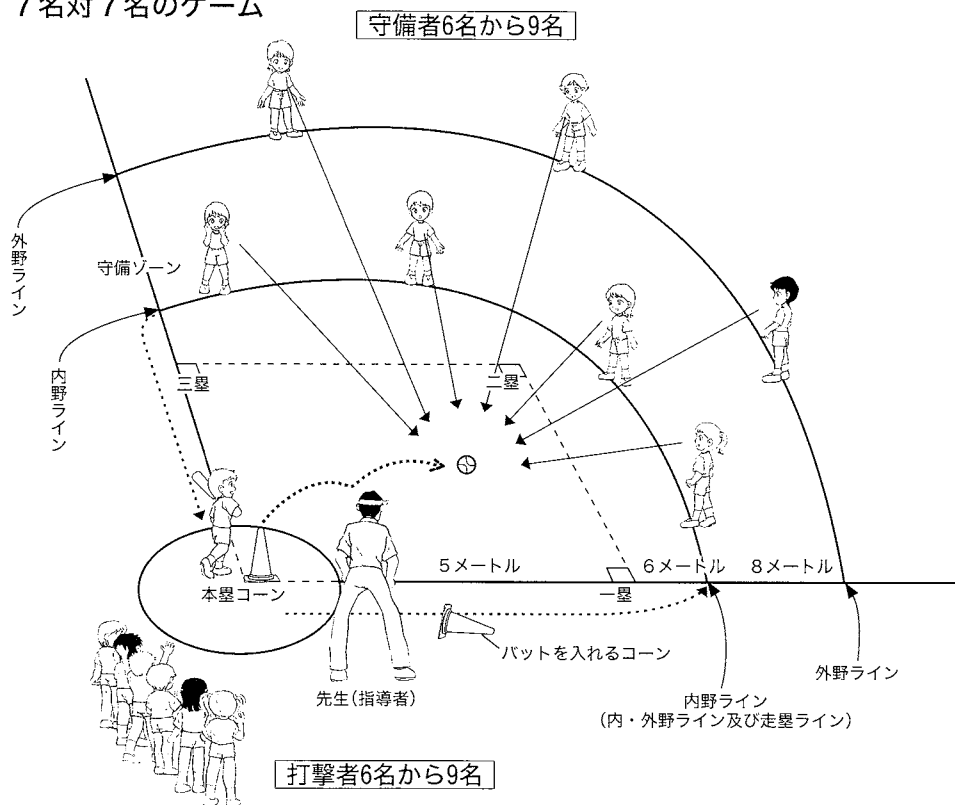
体育館でプレーする場合、ボールが壁に直接当たったときもプレーを続行する。

【用具】

幼児用ティーボールコーン4台、ティーボール5個、幼児用ティーボールバット2本、バットを置くためのフープ1個。

## 幼児・小学1・2年生用どか点ティーボール①

### 7名対7名のゲーム



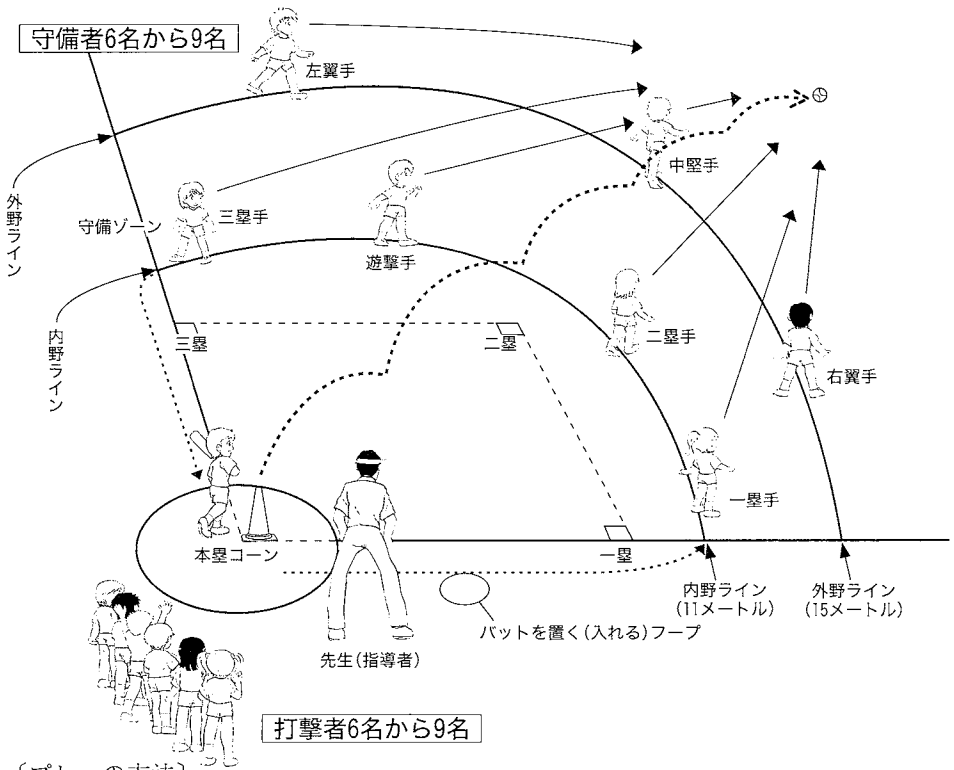
#### 〔施設〕

- ・幼児の場合、塁間の距離は、5メートルとする。
- ・小学1・2年生の場合、塁間の距離は、10メートルとする。
- ・内野と外野ラインは、一塁三塁と本塁二塁を結ぶ対角線が交わる点を基点として一塁ベース後方(三塁ベース後方)1メートルと3メートルの地点から実線で4分の1円を描く。
- ・小学1・2年生の場合、一塁ベース後方1メートルと4メートルの地点から実線で4分の1円を描く。
- ・ホームランラインは、幼児の場合、ダイヤモンド本塁プレートの方角から、15メートルのホームランラインを描く。(小学1・2年生の場合、30メートル)

#### 〔用具〕

- ・バッティングコーン1台 11インチオレンジティーボール フープかコーン

## 小学1・2年生用どか点ティーボール②



### 〔プレーの方法〕

- 打者は、思いきりボールを打つ。
- 打者は、打った後、バットをフープかコーンの中に入れて、一塁ベース、二塁ベース、三塁ベース、本壘コーンの外周を全力で走る。
- 7人の守備者は内野ライン上に一塁手、二塁手、遊撃手、三塁手と4人が、外野ライン上に右翼手、中堅手、左翼手の3人が守備する。
- 守備者は全員で打球を追い、捕った後は、そのボールを、本壘プレート（コーン）の横にいる指導者に返球する。その時、他の守備者がボールを中継しても構わない。
- 指導者は、そのボールを捕り、本壘コーンの上にボールを載せる。
- 指導者が、本壘コーンの上にボールを載せた時、打者走者が一塁を回っていたら1点、二塁なら2点、三塁なら3点、本壘を回っていたら4点、また2周目で一塁を回っていたら5点とする。

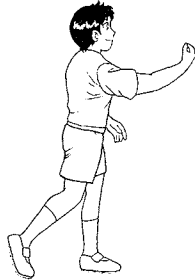
### 〔指導のポイント〕

- 打者走者には、塁コーンの外側をしっかりと全力で走らせる。
- 指導者は、打者走者が一塁ベース（コーン）を回ったら「1点」、二塁ベース（コーン）を回ったら「2点」と大きな声で選手に伝える。

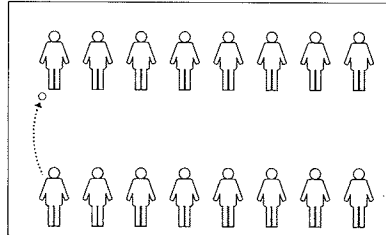
## 小学生へのティーボール指導

### キャッチボール(スロー&キャッチ)

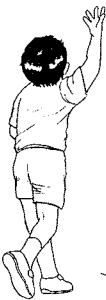
上手投げ



二人一組となり、ノーバウンドやゴロを投げ合う。



下手投げ



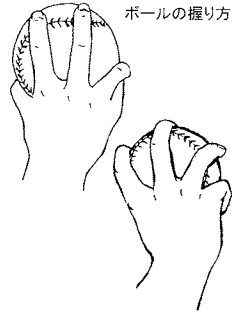
ゴロの捕り方



フライの捕り方



ボールの握り方



#### 【方法】

- 二人一組となり、1人がボールを投げ、他の1人がボールを捕る。
- 最初は下手から山なりのボールを5球から10球投げ合う。
- 次に、上手から山なりのボールを5球から10球投げ合う。
- その後、ワンバウンドやゴロのキャッチボールを行う。

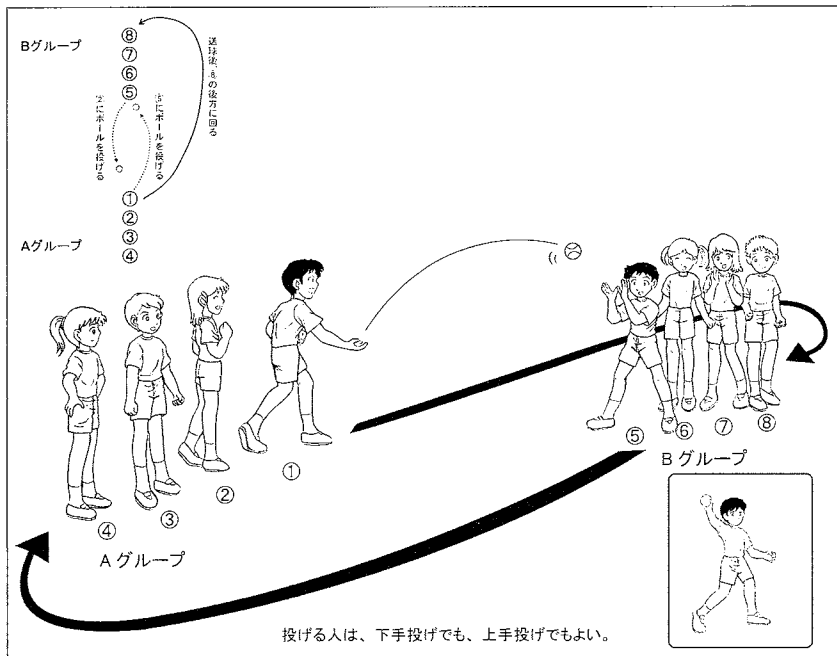
#### 【用具】

11・12インチティーボール(ウレタン製)、インドアティーボール。

#### 【指導のポイント】

- ボールの握り方、投げ方、および捕り方は上のイラストを参考にさせる。
- 投げる人には、相手が捕れるところに易しく投げるよう指導する。
- 捕る人には、ボールの正面で、両手で捕るよう指導する。

## 一列キャッチボール(8名)



### 【方法】

○8名は、Aグループ①、②、③、④とBグループ⑤、⑥、⑦、⑧に分かれる。

○AグループとBグループは一列に相對する。

○まず、①が⑤にボールを投げる。

○①はボールを投げた後、図のように、⑧の後方に回る。

暴投したときは送球者がそれを取りに行く。

○次に、⑤は②にボールを投げる。

○これを繰り返す。

### 【用具】

11・12インチティーボール(ウレタン製)、インドアティーボール。

### 【指導のポイント】

○投げる人には、相手の胸を目がけて丁寧にボールを投げるよう指導する。

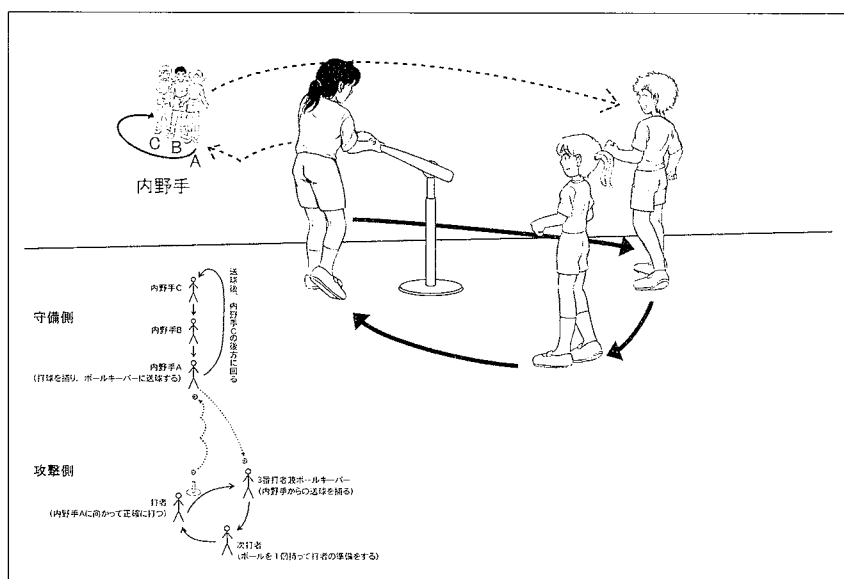
○暴投したら、全力でボールを取りに行くよう指導する。

○捕る人には、フットワークを上手に使い、正面でボールを捕るよう指導する。

○列の後方に回ったとき、前の人のプレーをよく見て、自分のプレーの参考にさせる。

○②③④、⑥⑦⑧は、次のプレーに備えて足踏みするよう指導する。

# ジャストミートゲーム(6名) ～狙いどおり打とう!～



## 【方法】

- 6名は、攻撃側3名と守備側3名に分かれる。
- 攻撃側は、打者、次打者、3番打者兼ボールキーパーとなる。
- 守備側は、内野手A、B、Cが一列となる。
- 打者と内野手の距離は10～15mとする。
- 打者は、自分でバッティングティーの上にボールを載せ、内野手Aに向かって打つ。
- 内野手Aは、打球を捕り、3番打者兼ボールキーパーに送球する。
- 攻撃側は、打者→次打者→3番打者兼ボールキーパー→打者の順でローテーションする。
- 守備側は、内野手A→B→C→Aの順でプレーする。
- 攻撃側の3名がそれぞれ3回打ったら、攻守交代する。

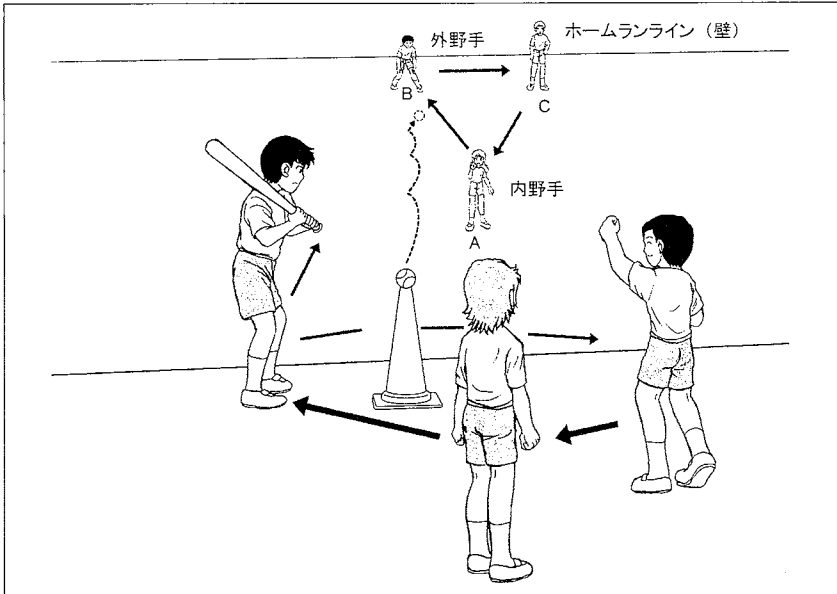
## 【用具】

バッティングティーまたはコーン、11・12インチティーボール(ウレタン製)、  
インドアティーボール、バット(ウレタン製)。

## 【指導のポイント】

- 打者は打つ前に「いくよ」と言い、守備者は「いいよ」と応えるよう指導する(10、11、12、13、14ページのゲームも同様)。
- 打者には、バットに当たる瞬間までボールをよく見て打つよう指導する。
- 内野手には、打球の正面に入り、両手で捕るよう指導する。
- 強打者のとき、内野手には更に後方で守備するよう指導する。

## フルスイングゲーム(6名) ～強く打とう！～



### 【方法】

- 6名は、打者、次打者、3番打者兼ボールキーパー、内野手A、および外野手B、Cとなる。
- 打者からホームランライン(校庭)あるいは壁(体育館)までの距離は20m前後とする。打者から内野手までの距離は10m、打者から外野手まで距離は17～18mとする。
- 打者は、ホームランラインあるいは壁に向かって思い切り打つ。
- 打球が内野手Aに捕られるか、止められるかすると1点、外野手にB、Cに捕られるか、止められるかすると2点、ホームランラインを越える(壁に当たる)と3点とする。
- 打者が打ち終わったら、ジャストミートゲームのときと同じローテーションを行う。
- 攻撃側3名と守備側3名の合計点で勝敗を決める。

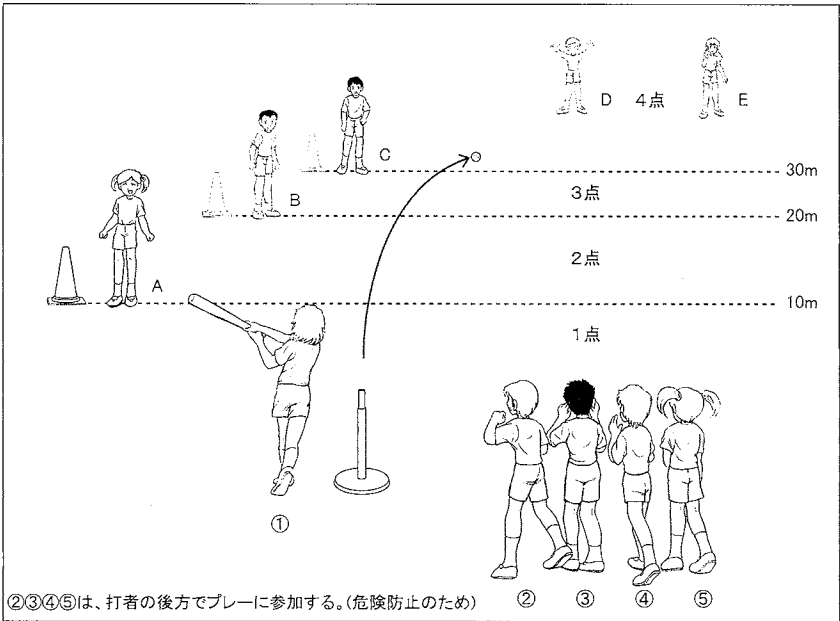
### 【用具】

バッティングティーまたはコーン、11・12インチティーボール(ウレタン製)、インドアティーボール、バット(ウレタン製)。

### 【指導のポイント】

- 打者には、バットを水平に振らせ、ジャストミートするよう指導する。
- 安全面を考慮して、打者が打ち終わったら、バットを次打者に渡すよう指導する。

# ホームラン競争(10名) ～遠くへ飛ばそう!～



## 【方法】

○10名は、攻撃側5名と守備側5名に分かれる。

○攻撃側は、打者①、②、③、④、⑤の順で、1人一本ずつできるだけ遠くへフライやライナーを打つ。

○フライ(ライナーを含む)が10mまでだと1点、10mから20mまでは2点、20mから30mまでは3点、それ以上はホームランで4点とする。

○守備側は、図のように、守備者Aが10m、Bが20m、Cが30m、DとEが30mから40mの位置で打球を見守り、ノーバウンドは捕球せず、ワンバウンドがゴロでボールを捕り、その後、攻撃側に送球する。ただし、D、Eは、4点ゾーンの中でのみ、ノーバウンドで捕球しても構わない。

○攻撃側の5名が打ち終わったら、攻守交代する。

○5名の合計点でチームの勝敗を決める。

## 【用具】

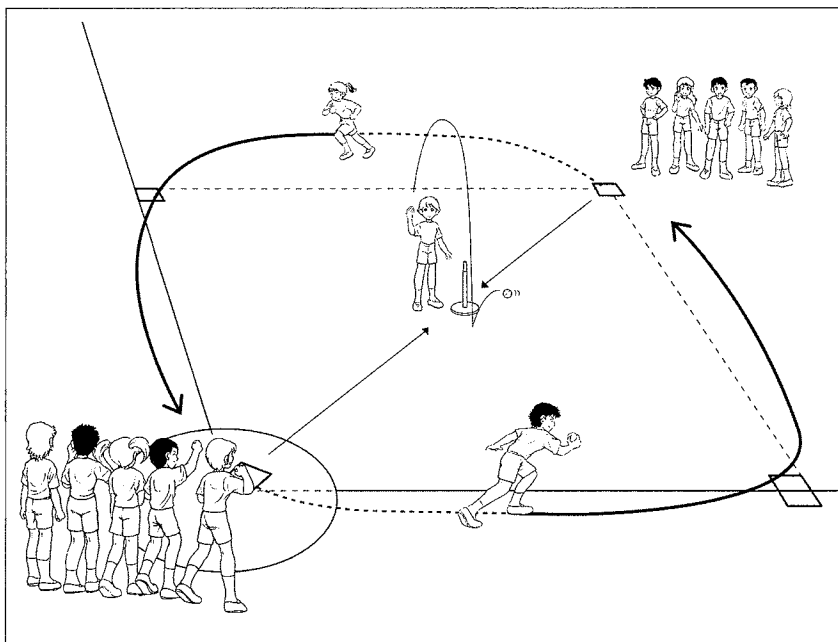
バット、バレーボールまたはコーン、11・12インチティーボール(ウレタン製)、インドアティーボール、バット(ウレタン製)。

## 【指導のポイント】

○打者には、バットを思い切り振らせ、ボールをできるだけ遠くへ飛ばすよう指導する。

○お互い声をかけ合い、楽しくプレーする。

## ベースランニング競走(12名以上)



### 【方法】

- 塁間は14～16mとする。
- 2チームは本塁スタートと2塁スタートに分かれ、ダイヤモンドを1人1周のリレーをする。
- バトンの代わりにボールを使用する。
- ダイヤモンドの中央(バッティングティー)の横にいる人(先生または児童)がボールを上空に投げ、ボールがグラウンドに落ちたとき、両チームの第1走者がスタートする。
- 最終走者が1周して、ダイヤモンド中央にあるバッティングティーの上にボールを載せるかタッチしたチームを勝利とする。

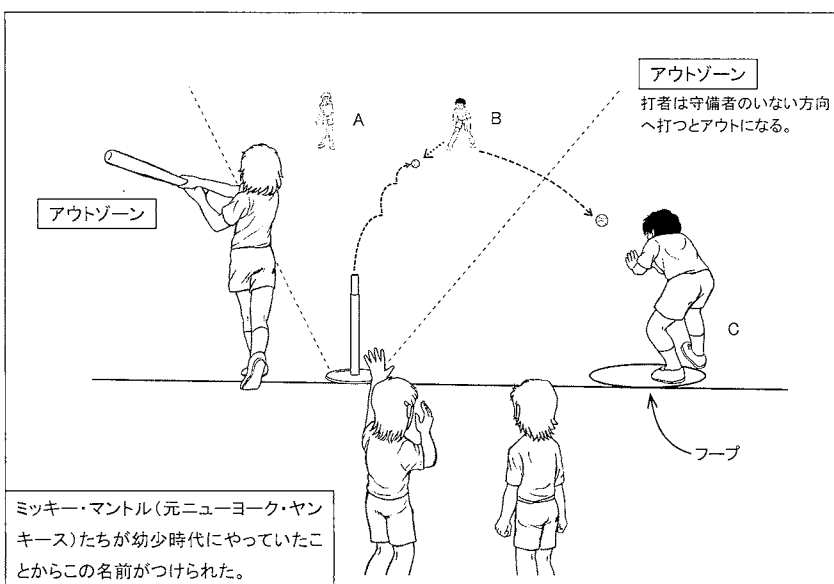
### 【用具】

バッティングティー、11・12インチティーボールあるいはインドアティーボール(バトンの代わりとして)、本塁プレート1枚、塁ベース3枚。

### 【指導のポイント】

- 塁ベースを回るとき、塁ベース上を直角に曲がるのではなく、スピードを落とさないようにふくらんで走るよう指導する。
- 塁ベースはしっかりと踏んでいくよう指導する。
- バトンの代わりのボールを次の走者にしっかりと渡すよう指導する。

## メジャーリーグゲーム(6名)



### 【方法】

- 6名は、攻撃側3名と守備側3名に分かれる。
- 守備者は、図のように、A、B、Cに分かれる。
- 打者は、守備者AかBに向かって力強く打つ。守備者AかBは、ボールを捕り、ベース代わりのフープ内にいる守備者Cにボールを投げる。守備者Cが、両足または片足をフープ内に入れてそのボールを捕ったときのみアウトとする。フープ外で捕球したときや落球したときはセーフとする。尚、返球は何回バウンドしても構わない。
- 打者がセーフになったら、1点とする。
- 3名全員が打ち終わったら、攻守交代する(3アウトで攻守交代も可)。
- ※その他アウトになるとき(打者が守備者のいる方向に打たなかったとき、守備者が打球をノーバウンドで捕ったとき)。

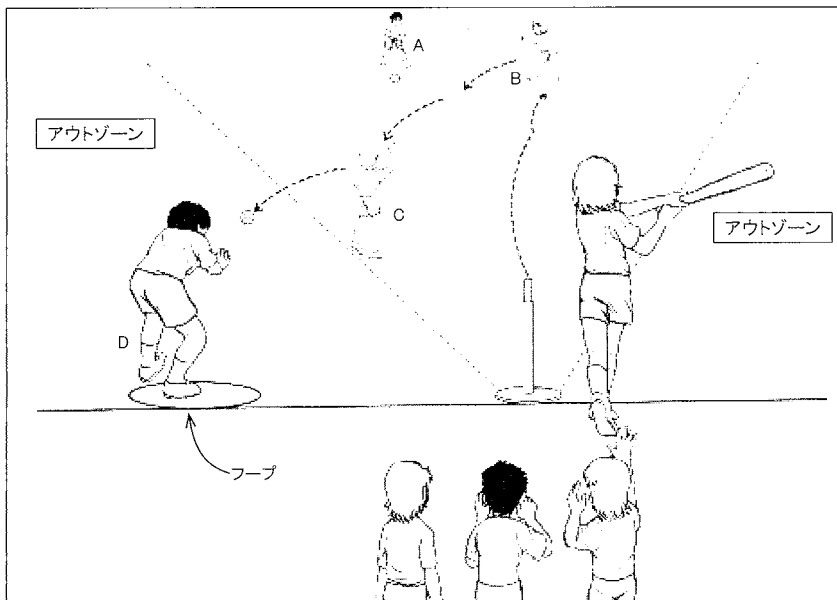
### 【用具】

バット、11・12インチティーボール(ウレタン製)、インドアティーボール、バット(ウレタン製)、フープ。

### 【指導のポイント】

- 投げる能力が高まってきたら、守備者AかBからの返球を守備者Cがノーバウンド、あるいはワンバウンドで捕ったらアウトというルールにする。
- 6カ所(36人学級)前後で行うので、バットの間隔を十分とるよう配慮する。

## カットインメジャーリーグゲーム(8名)



### 【方法】

- メジャーリーグゲームに中継プレーを入れたゲームである。
- 8名は、攻撃側4名と守備側4名に分かれる。
- 守備者は、図のように、守備者A、B、C、Dに分かれる。
- 打者は、守備者A、B、Cがいる方向に強く打つ。守備者Aがボールを捕ったら、中継プレー(守備者C)を使ってフープの中にいる守備者Dまでボールを返す。守備者間は、ノーバウンド、あるいはワンバウンドでボールを返すことができればアウトとする。
- 打者の打撃力が弱い場合、守備者C(内野手)はさらに前進して守備する。
- 4名全員が打ち終わったら、攻守交代する。または、3アウトで攻守交代する。
- ※その他アウトになる場合(守備者がいる方向に打たなかったとき、守備者が打球をノーバウンドで捕ったとき)。

### 【用具】

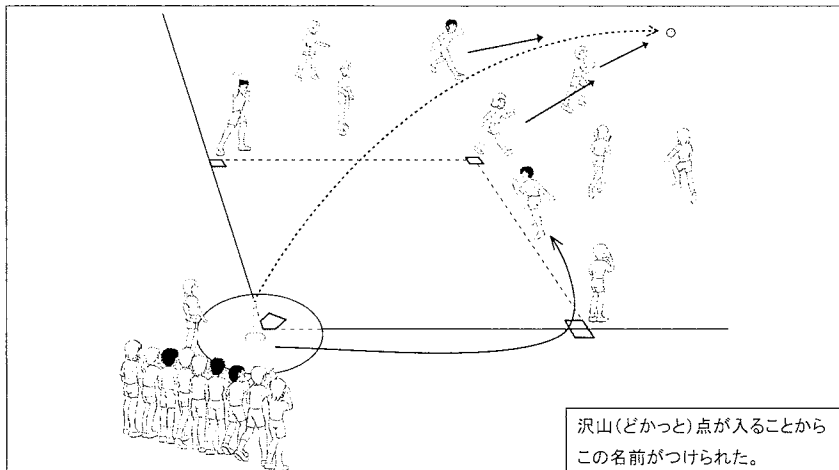
バット、11・12インチボール(ウレタン製)、インドアボール、バット(ウレタン製)、フープ。

### 【指導のポイント】

- 中継プレーでは、守備者に正確に送球するよう指導する。
- 各自の投げる能力を考慮して、中継プレーの位置を決めるよう指導する。
- 3アウトで攻守交代する場合は、攻撃側と守備側の戦力を均等化する。

## どか点ティーボール

### 三角ベース(12名)、四角ベース(14～20名)



#### 【方法】

- 打者は、思い切りボールを打つ。
- 打球を捕った守備者は、本塁手に送球し、本塁手がボールをバッティングティーの上に載せるかタッチするまでに打者走者が到達した塁ベースの数を得点とする(1塁を踏んだら1点、2塁で2点、3塁で3点、ホームランなら4点)。したがって、走者は残らない。尚、本塁手に送球するとき、守備者から他の守備者にボールを中継しても構わない。
- 守備者が打球をノーバウンドで捕ると、打者はアウトで、得点は0点である。
- 打者一巡で攻守交代する。

#### 【用具】

バッティングティー、11・12インチティーボール(ウレタン製)、インドアティーボール、バット(ウレタン製)、本塁プレート1枚、塁ベース3枚、コーンまたはフープ、得点板。

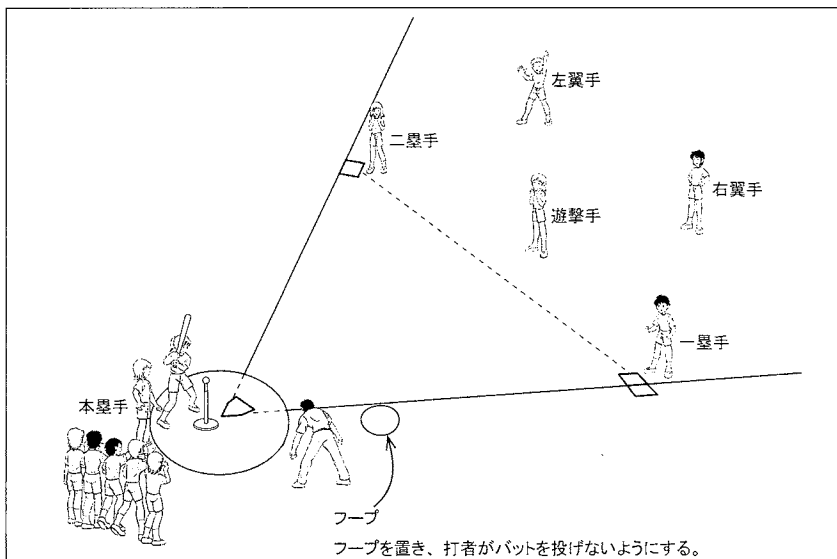
#### 【指導のポイント】

- 打者は打つ前に「いくよ」と言い、守備者は「いいよ」と応える。
- チームワークを高めるため、味方の打者走者が塁ベースを踏むとき、攻撃側全員に「1点」、「2点」、「3点」、「4点」と声を出させる。
- 本塁手が守備者からの送球を捕ってボールをバッティングティーの上に載せるかタッチしたとき、「ストップ」と声を出させる。そのときの走者の位置を確認し、得点を決定する。
- ルールを工夫してプレーする。

例：2周目も走れる(1打席につき8点まで得点できる)。

体育館でプレーする場合、ボールが壁に直接当たったときもプレーを続行する。

## 三角ベースティーボール(12名)



### 【方法】

#### 《ゲーム》

- 1チームは6名とし、攻撃側の全員が打ち終わったら、攻守交代する。
- 本塁プレートから開く角度は $60^{\circ}$ とし、本塁と塁ベースの間は12～14mとする。
- 塁に走者が残ったときは次の回に受け継ぐ。最終回は残さない。
- 回数は2回か3回とする。

#### 《打者》

- 打者がアウトになるとき

- ・打者走者が1塁ベースに達する前に1塁手がボールを保持して1塁ベースを踏んだとき。
- ・守備者が打球をノーバウンドで捕ったとき(学年や技術レベルによって、ワンバウンドでも可)。

- 他のルールに関しては、ティーボール競技規則 4. 打撃規定参照(4ページ)。

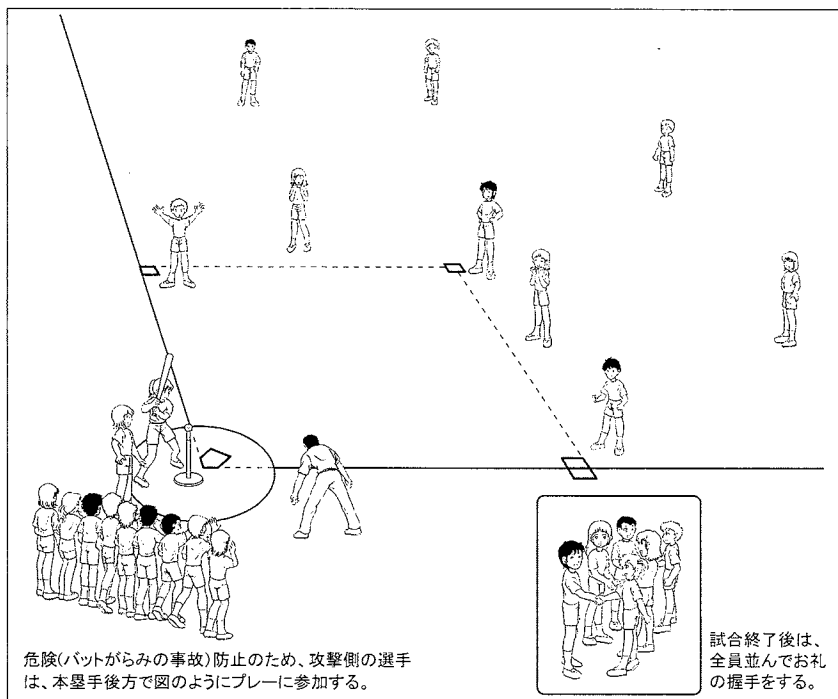
#### 《走者》

- 打者は打ったら打者走者となり、原則としてバットをコーンまたはフープの中に置き(打者がバットを投げないようにするため)、1塁、2塁、本塁の順に走る。
- 他のルールに関しては、ティーボール競技規則 5. 走塁規定参照(4ページ)。

### 【用具】

バッティングティー、11・12インチティーボール(ウレタン製)、インドアティーボール、バット(ウレタン製)、本塁プレート1枚、塁ベース2枚、バットを置くためのコーンまたはフープ。

## ティーボール(20～30名)



### 【方法】

#### 《ゲーム》

- 1チームは原則として10名とする(11～15名でも可、11名以上の人は打つだけのエキストラヒッターとなる)。
- 2チームが攻撃側と守備側に分かれ、攻撃側の全打者が打ち終わったら、攻守交代する。
- 打者は打ったら打者走者となり、1塁、2塁、3塁、本塁の順に走る。
- 塁に走者が残ったとき、次の回に受け継ぐ。最終回は残さない。
- 回数は2回か3回とする。
- 他のルールに関しては、ティーボール競技規則を参照(2、3、4、5ページ)。

### 【用具】

- バット(ウレタン製)、11・12インチティーボール(ウレタン製)、インドアティーボール、バット(ウレタン製)、本塁プレート1枚、塁ベース3枚。
- \* 安全面を考慮して、バットを置くためのコーンまたはフープの利用も可。

## I アメリカ・ティーボールの紹介

リトルリーグティーボールプログラムは、子どもたちが早い時期から、基本的な野球やソフトボールの技術を容易に習得するために考案されました。このプログラムによって、子どもたちは“ティーボール”に親しみ、仲間と一緒に楽しくプレーすることができます。またプレーを通して技術の向上を図ることができ、やがては野球やソフトボールの醍醐味を味わうことができるでしょう。

野球はソフトボールにおいては、ピッチャーはストライクゾーンに正確にボールを投げることが要求されます。ところが、たいていの4～8歳ぐらいの子どもたちは、正確にボールを投げることはもちろんのこと、その打球を正確に打ち返すことができません。その練習を強いるということは楽しんでプレーできないばかりか、苦痛となってしまうことも多いのです。このような点を十分考慮した上で、このティーボールは考案されました。打者はバッティングティーの上のボールを様々な方法で打つという動作を繰り返すことによって、腕や目を上手に使いながら、スイングテクニック（打撃技術）を養うことができます。

また、守備側にとっては、守備技術を養う絶好の機会に恵まれることになります。幼い子どもたちは、このティーボールでの体験を通して、野球やソフトボールの様々な技術を学び、楽しくプレーできるようになるでしょう。

ティーボールプログラムを、有効なものにするためには、なにより監督やコーチの人選に慎重であるべきです。彼らのとるリーダーシップは子どもたちに多大な影響を与えるからです。ティーボールをプレーする子どもたちを指導する上で、最も大切なことは“忍耐”ということです。

野球やソフトボールの打撃、投球、守備、走塁の各技術を向上させるための練習は、先ず楽しくなければいけません。この観点から、打つ、投げる、捕るという基本の動作を素直に自発的に向上させるために、有能な大人が指導し、子どもたちの意欲を育てることがなにより大切なのです。

ティーボールの素晴らしさは、プレーを繰り返しながら、子どもたちが自発的に学び、野球やソフトボールを楽しむことに目覚めていくことです。忘れてならないことはティーボールのプレーヤーは発達段階にいる子供たちだということです。

子どもたちが積極的に学び、その変化、向上する姿に、大人たちは感動を覚えることでしょう。

## Ⅱ アメリカ・ティーボールの規則と競技法

### 1. 選手

①アメリカのティーボールは、4歳から8歳までの幼児と児童を対象に計画されたものである。

②8歳の児童は、他のリーグ（マイナーリーグやリトルリーグ）でプレーすると、このティーボールのリーグでプレーすることはできない。

〔注〕それぞれのレベルでプレーできる年齢

ティーボール 4～8歳

マイナーリーグ 8～12歳

リトルリーグ 9～12歳

ジュニアリーグ 13歳

シニアリーグ 13～15歳

ビッグリーグ 16～18歳

③その年の8月1日以前に9歳の年齢に達しておらず、また、8月1日以前に4歳に達している幼児や児童は、ティーボールの試合に参加することができる。

### 2. チーム

①ティーボールの登録人数は、原則として1チームにつき15名以内とする。しかし、最大限20名までは認められる。

②各チームの選手の起用（打順、守備位置）に関しては、監督、コーチ、チーム関係者の協議によって決定される。

③ティーボールにおける選手登録は、シーズン中なら、いつでも再登録（登録変更）できる。

### 3. 打者と投手

①打者は、投手が投げたボールを打つのではなく、バッティングティーの上に載せたボールを打つ。

②ボールを投げる投手は必要としない。

### 4. スケジュール

①ティーボールの試合のスケジュールは、理事会によって準備される。大会形式は、グ

ラウンドの数や質によって計画される。

- ②1日にプレーできるゲームは、1試合のみである（2試合は認められない）。
- ③リーグ内で順位をつけることは認められない。

## 5. 特別試合

- ①連盟に登録されていないチームは、特別試合のみ参加することが認められる。

## 6. ナイトゲーム

- ①ナイトゲームは原則として認められない。しかし、正当な理由がある場合は、その限りでない。
- ②もしナイトゲームが行われたとしても、午後9時以降、新しいイニングに入ることとは認められない。
- ③ティーボールのための人工照明は、リトルリーグによって認可された最低基準をクリアしていなければならない。

## 7. 用具と服装

- ①すべての打者、走者、次打者は保護用ヘルメットをかぶらなければならない。
- ②捕手は、マスク、ヘルメット、レガース、ネックカラー付きの胸プロテクターを必ず着用しなければならない。
- ③男性の捕手は、それらに加え、プラスチックか金属、あるいは人工繊維で作られた保護用カップを着用する。
- ④ティーボールでは、ユニフォームとして、Tシャツと帽子（キャップ）を着用することが望ましい。

## 8. 入場料

- ①ティーボールの試合においては、入場料を徴収することは認められない。
- ②しかし、観衆等による寄付は認められる。

## 9. 賞

- ①打撃成績や守備成績などの技術で評価された賞を、選手に贈ることはできない。
- ②ただ、シーズンの終わりに、選手に参加証明書、あるいは参加賞を贈ることは問題ない。

## 10. グラウンド内での礼儀

- ①選手、監督、コーチ、審判、そして連盟役員は、何時も礼儀正しい行動が義務づけられる。
- ②選手、監督、コーチ、審判は、試合前、試合中は、グラウンドあるいはダッグアウトかベンチにいないといけない。
- ③打者、走者、次打者、1 塁、3 塁のベースコーチ以外のすべての選手は、チームが攻撃しているときは、ダッグアウトかベンチにいないといけない。チームが守備しているときは、他のすべての補欠選手はダッグアウトかベンチにいないといけない。
- ④監督とコーチは、プレーを妨げなければ、打者や野手に近づいて助言してもよい。その場合、監督またはコーチは、審判に“タイム”をかけたあと、選手に技術や状況を説明しなければならない。
- ⑤バットボーイとバットガールは許可されない。
- ⑥グラウンド内、ベンチ、ダッグアウトにおける喫煙、飲料は禁止する。

## 11. テレビジョン

- ①ティーボールのテレビ中継は禁止する。

## 12. 選手権大会

- ①ティーボールの選手権大会は禁止する。

(以下省略)

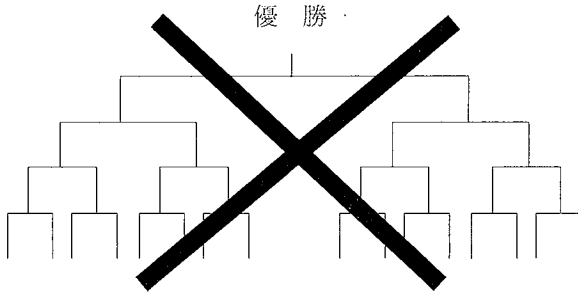
### 〔参考文献〕

- "MINOR LEAGUE and TEE BALL"  
—OFFICIAL REGULATIONS AND PLAYING RULES—  
LITTLE LEAGUE BASEBALL
- "The Little League Guide to Tee Ball"  
Ned McIntosh 著  
CONTEMPORARY BOOKS

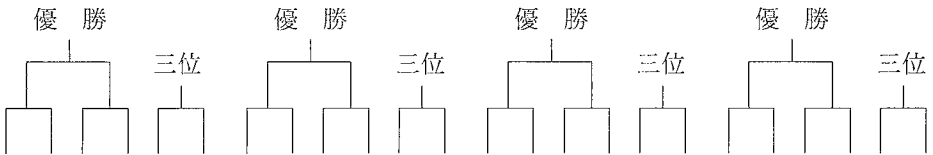
## 大会開催のために

### 1 勝ち抜き戦

◎幼児・児童（小学生低学年）の大会において、勝ち抜き戦は禁止する（小学生高学年以上、更にレディーや中高年はその限りでない）。

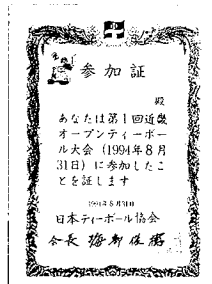


ただし、1位から4位までの順位を決める大会は、違反でない。この場合、出場チームは、原則として2試合プレーしなければならない。



### 2 賞の授与

◎幼児・児童（小学生低学年）の大会において、技術が優秀である選手のために賞品を与えてはならない。

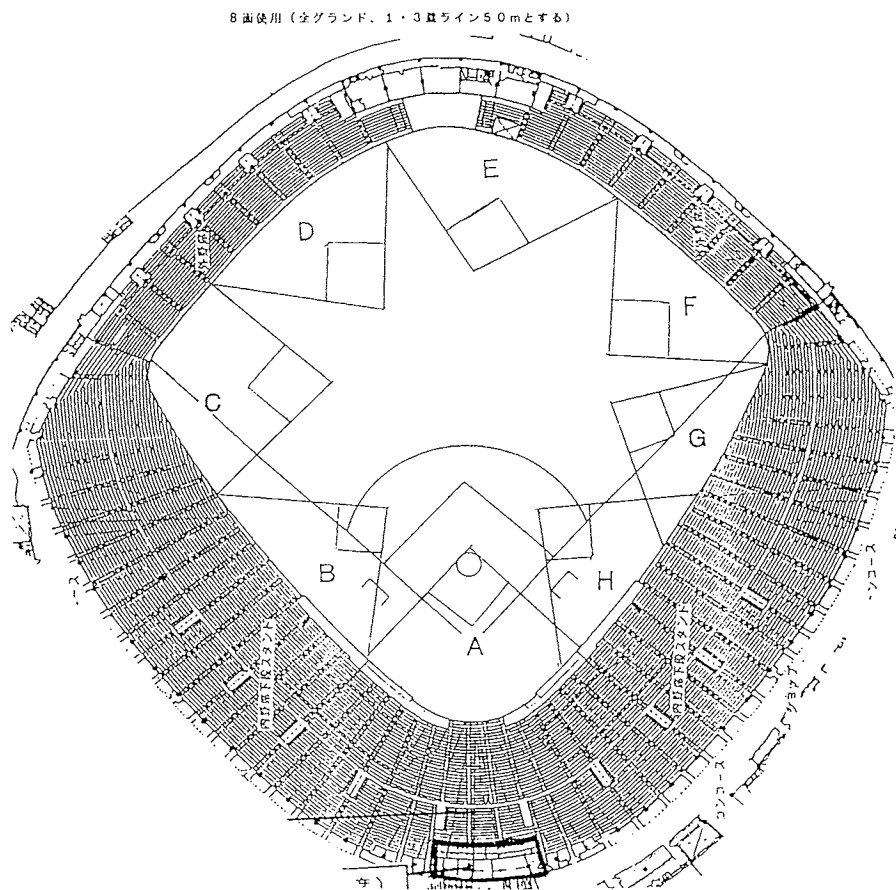


ただし、大会参加者に対して、参加証や全員同一の賞品を与えることは、違反でない。

### 3 大会会場設営例

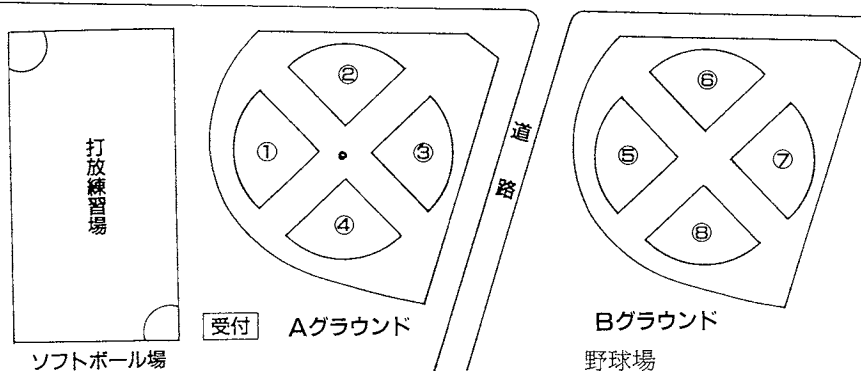
#### 1. 東京ドーム（セ・リーグ・ビッグトーナメント・ティーボール教室）より

ティーボール教室展開図



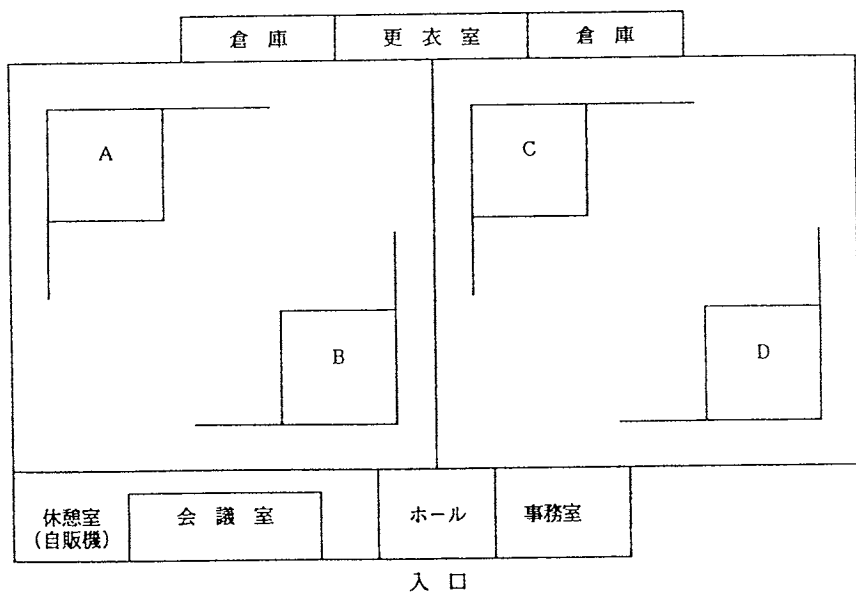
2. 野球場・ソフトボール場（九州オープンティーボール大会）より

会場図

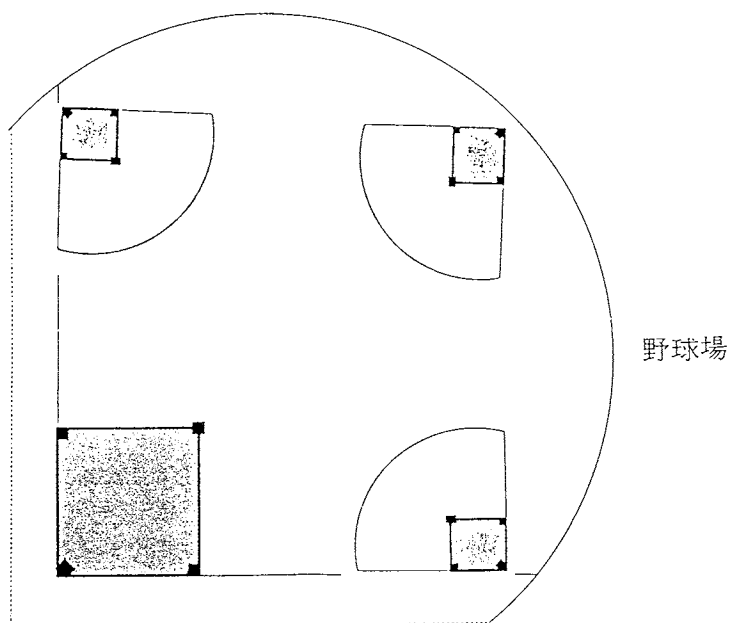


3. 長浜ドーム（近畿オープン）、穴生ドーム（北九州オープン）より

会場図



#### 4. 野球場（一般例）



## 4 イベント

### 1. 1時間のイベント例（東京ドーム・セ・リーグビッグトーナメント・ティーボール教室）

- |          |              |
|----------|--------------|
| ① 参加チーム  | 32チーム        |
| ② コート（面） | 8面           |
| ③ 試合形式   | 紅白戦（各チーム1試合） |
| ④ 賞      | 全員に参加証授与     |

### 2. 1時間～1時間30分のイベント例（第一回東京オープンティーボール大会）

- |          |                |
|----------|----------------|
| ① 参加チーム  | 38チーム          |
| ② コート（面） | 8面             |
| ③ 試合形式   | 紅白戦（各チーム 1 試合） |
| ④ 賞      | 全員に参加証授与       |

### 3. 2時間のイベント例（長浜ドーム、第一回近畿オープンティーボール大会）

- |           |                  |
|-----------|------------------|
| ① 参加チーム   | 16チーム            |
| ② コート（4面） | 4面（×2の場合4時間）     |
| ③ 試合形式    | 4チームトーナメント       |
| ④ 賞       | 優勝カップ4本 全員に参加証授与 |

### 4. 3時間のイベント例（千葉マリン球場、第一回関東オープンティーボール大会）

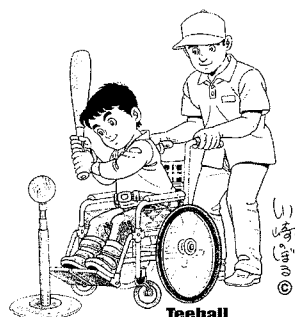
- |          |                     |
|----------|---------------------|
| ① 参加チーム  | 32チーム               |
| ② コート（面） | 8面                  |
| ③ 試合形式   | 4チームトーナメント（各チーム2試合） |
| ④ 賞      | 優勝カップ8本 全員に参加証授与    |

## 5 障がい者

・障害のある幼児・児童（小学生）の参加を積極的に推し進めなければならない。

〔ティーボール・プレーヤーの対象者〕

1. 肢体不自由者（松葉杖、車椅子使用者）
2. 聴覚障がい者
3. 視覚 〃
4. 知的 〃
5. 心理 〃
6. 健康 〃（糖尿病 喘息等）
7. 諸中毒患者（アルコール、薬物、バクチ）
8. その他



尚、協会（連盟）は、障がい者のために、より良いルールの創造を常に研究・実践しなければならない。

# ティーボール大会運営上の諸課題

## 1 大会運営の事前準備段階

### (1) 日時の設定

#### ①日付

- ・季節の配慮

#### ②時間帯

- ・参加人員の年齢層、移動時間への配慮

### (2) 開催場所の設定

#### ①標準的なゲーム会場

- ・塁間14m、フェンス迄40m程度

#### ②設定例

#### ③フリーエリア、練習場

#### ④体育館

### (3) 参加人員の構成

#### ①公募・募集

- ・試合ルールをイメージ
- ・年齢（学年）、性別、スポーツ経験の有無等の構成比

#### ②調整、組合せ

### (4) 大会役員の構成

#### ①試合会場、練習場対応

- ・ゲームは同時進行

#### ②緊急事態への配慮

#### ③チームへの連絡網、チーム連絡員

### (5) 大会会場の設営

#### ①ゲーム会場の詳細

- ・ティーの設定位置、ベンチの設定、センターサークル等

### (6) 使用用具の準備

#### ①公認用具の使用

- ・体育館プレーにも対応可能

### (7) 試合ルールの考え方

### ①参加者のクラス分け

- ・例 小学生低学年、3～4年生、高学年、男女構成、野球経験有無  
親子チーム、女性中心チーム  
中高年チーム

### ②最終組合せ案

- ・ここでのクラス分け、ルール（用具）の決定が全てを決する。

## (8) スケジュール立案、試合時間の考え方

### ①試合30分で充分

### ②1日のゲーム数の考慮

- ・最低ゲーム数の保証
- ・次から次のゲーム

### ③具体例の紹介

## (9) 審判員の役割

### ①審判は先生、コーディネータ、インストラクター

### ②柔軟な運用

## (10) 記録

### ①試合結果と“賞品”

## 2 大会運営当日

### (1) 開会式／閉会式

#### ①その必要性

#### ②開始時間

### (2) 安全性の確保

### (3) 空き時間の利用

#### ①フリーエリア

- ・講習会、ティーボール打ちっ放し練習、自由な遊び場

#### ②充分な休息

## 3 大会運営役の諸事

### (1) 動機付け

### (2) 反省

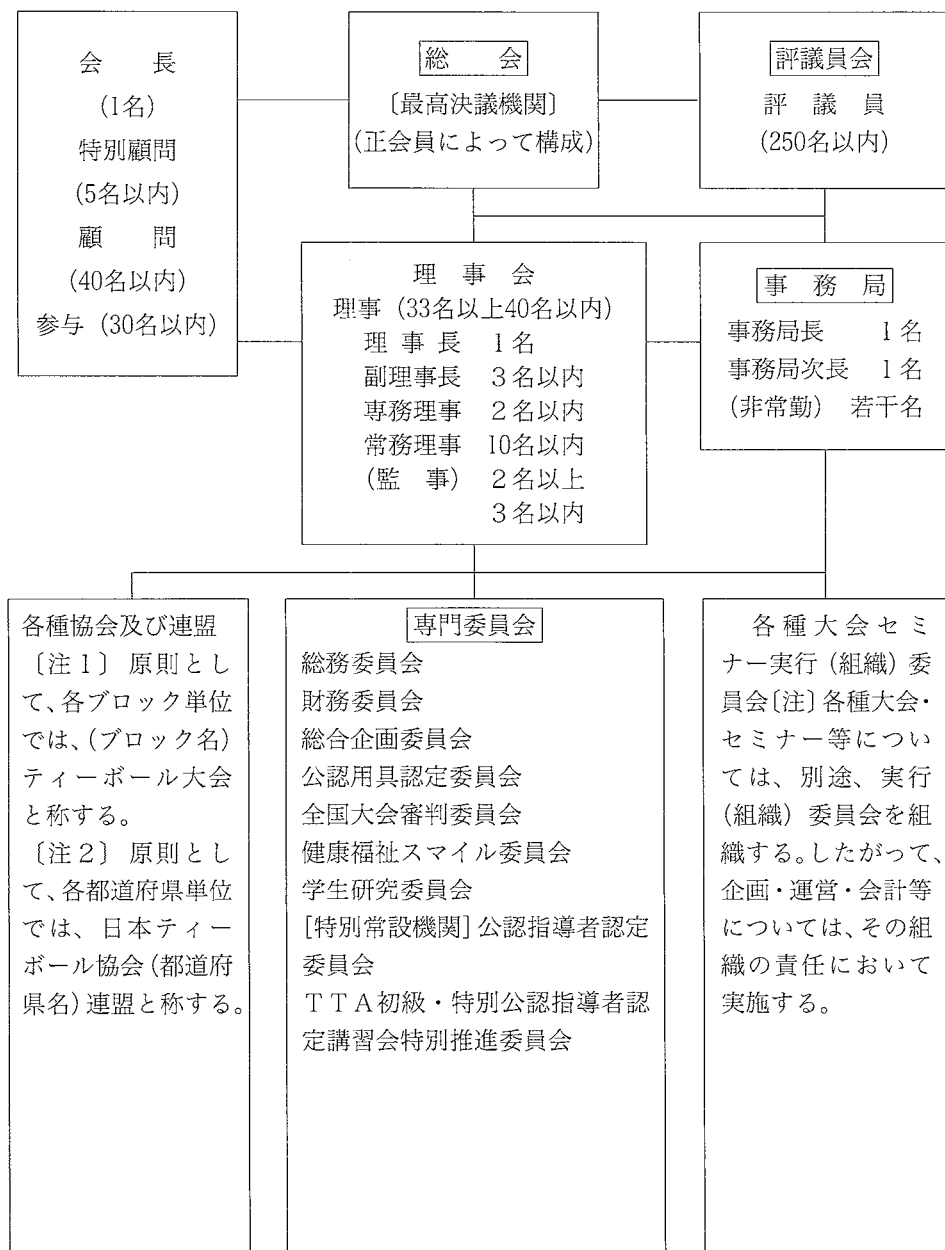
## 4 まとめ

### (1) 大会コンセプトの重要性

### (2) オフィシャルガイドブック

# NPO法人日本ティーボール協会 組織図

平成31年 1 月 NPO法人日本ティーボール協会



# (例) タイムテーブル・対戦時間・グラウンド・ルール・

|                          |                           |                          |                          |
|--------------------------|---------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 8:00～                    | 受                         |                          |                          |
| 8:30～8:55                | 開 会 式 &                   |                          |                          |
| グラウンド・<br>参加者側<br>時間・ルール | A 子ども                     | B 親 子                    | C レディース                  |
| 9:00～9:35                | トルネードキッズ<br>対<br>久我山イーグルス | 杉並Y&A<br>対<br>NAOMIチーム   | マミーズ<br>対<br>中野ザクルス      |
| 9:40～10:15               | ばるキッズ<br>対<br>杉並桃二小       | ニャンキーズ<br>対<br>青梅ホワイトウルフ | 東村山レディース<br>対<br>府中レディース |
| 10:20～10:55              | 3位決定戦                     | 3位決定戦                    | 3位決定戦                    |
| 11:00～11:35              | 優 勝 戦                     | 優 勝 戦                    | 優 勝 戦                    |
| 11:40～12:00              | バ ッ テ イ ン グ               |                          |                          |
| 12:00～12:05              | 閉 会                       |                          |                          |
| ルール<br>(試合時間30分優先)       | 全 員 打 撃<br>3回 (イニング)      | 全 員 打 撃<br>3回 (イニング)     | 全 員 打 撃<br>3回 (イニング)     |
| 使 用 球                    | 11インチ<br>or<br>12インチ      | 11インチ<br>or<br>12インチ     | 11インチ<br>or<br>12インチ     |
| 塁間                       | 16m                       | 16m                      | 16m                      |
| ◎委 員 長                   | 頼 住 道 夫                   | 佐 藤 文 宏                  | 竹 村 保 俊                  |

# 用具・担当者（東京オープンティール大会より）

| 付                            |                          |                         |
|------------------------------|--------------------------|-------------------------|
| 準 備 運 動                      |                          |                         |
| D スマイル<br>(障害者と健常者)          | E ふれあい<br>(男女混合)         | F ふれあいB<br>(男 子)        |
| 中野ヤンキース<br>対<br>府 中 朝 日      | ア ッ シ ュ<br>対<br>な ん ぎ さ  | 杉並オールスター<br>対<br>芙蓉グループ |
| セ ブ ン の 会<br>対<br>ピーターパン・ハッチ | 日黒男女混合<br>対<br>世田谷ビクトリーズ | ダ・メジャー<br>対<br>品川ファイターズ |
| 3位決定戦                        | 3位決定戦                    | 3位決定戦                   |
| 優 勝 戦                        | 優 勝 戦                    | 優 勝 戦                   |
| 指 導                          |                          |                         |
| 式                            |                          |                         |
| 全 員 打 撃<br>3回 (イニング)         | 全 員 打 撃<br>3回 (イニング)     | スリーアウト交替<br>5回 (イニング)   |
| 12インチ                        | 12インチ                    | 12インチ                   |
| 16m                          | 16m                      | 16m                     |
| 久保田 浩 司                      | 高 橋 昭                    | 一之瀬 貴                   |

## ティーボール審判法の要点

日本ティーボール協会の公認指導者は、ティーボール・ティーチャーと呼称している。文字どおりティーボールの先生として、明るく、楽しいティーボール環境をつくることが期待されている。

そのために、本協会の公認指導者は、審判員であると同時に、試合中にワンポイント・アドバイスができる指導者（先生）であることが要求される。

より優れたティーボール・ティーチャーになるためには、まず、審判法の要点を正しく理解し、声とジェスチャーにめりはりがある審判員になることが大切である。

### 審判員の心構え

審判員は、①当該プレーを見やすいところまで素早く動く。ただし、あまり近づきすぎないようにする。②安定した姿勢で立ち止まり、構える。③当該プレーを見続けて裁定する。

以上の3項目には、特に留意したいものである。

### 審判員の宣告用語と基本動作

#### 1. 「プレイボール」（試合開始）

打者に正対して立つ。両足を少し開いて（閉じていてもよい）直立の姿勢。右手を頭の位置まで挙げる。手の平は指をつけて前方に向ける。（写真①－1）

#### 2. 「プレイ」（プレーの再開）

同上（再開できる状態か否か、よく見極めて宣告する。）（写真①－2）

#### 3. プレイ宣告後の構え

打者のバットがボールに触れているかを見極めるため、ティー台とボールの接触点をよく見る。（写真①－3）



①－1



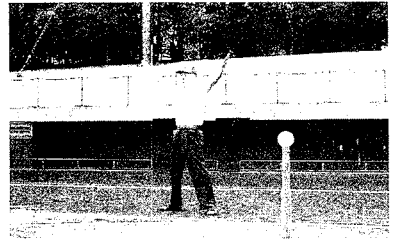
①－2



①－3

#### 4. 「タイム」(プレーの中断)

両足を開き(閉じていてもよい)、両手を軽く握って耳のところに置き、両手を開いて(45度の角度)頭上に挙げる。球審または塁審は連動して同じ動作をする。(写真②)



②

#### 5. 「ストライク」(打者が空振りしたとき)

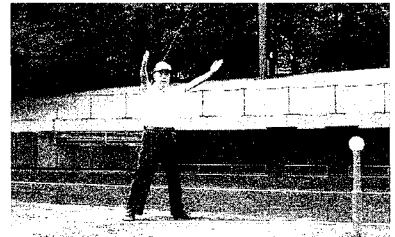
右手を頭上に挙げ、肘を90度に曲げる。左手は体の前面で軽く握る。(写真③)



③

6. 「ファウル」(バントやプッシュバントをした時、プレイ宣言後10秒以内に打撃しない時、軸足を2歩以上動かして打撃した時)

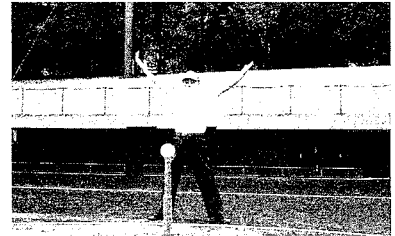
両足を開き(閉じていてもよい)、両手を軽く握って肩の前に置き、頭上斜め前方(45度の角度)に開いて挙げる。(写真④)



④

#### 7. 「ファウルボール」

基本動作は、前述の「タイム」と同様。ファウルラインの(延長)線上まで素早く動いて正確に裁定する。(写真⑤)



⑤

8. 「フェア」(フェアボールかファウルボールか際どい場合のみコールする)

腰を落とし、フェアグラウンドに向けて手を差し出す。(写真⑥)



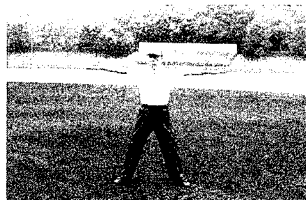
⑥

## 9. 「セーフ」

腰を落とし、両手を胸の前から真横に伸ばす。(写真⑦-1・2)



⑦-1



⑦-2 (塁審)

## 10. 「アウト」

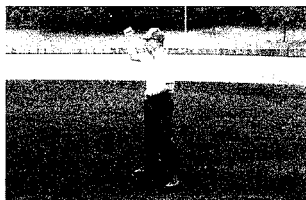
右手を開いて前方に伸ばし、軽く握りながら肘を90度程度曲げる。(写真⑧-1・2・3)



⑧-1



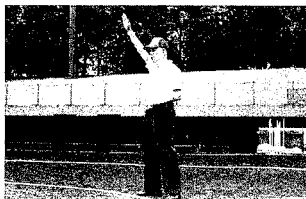
⑧-2



⑧-3 (塁審)

## 11. 「ゲームセット」(試合終了)

両足を閉じて(開いていてもよい)、右手を頭上前方に挙げる。(写真⑨)



⑨

## 12. 塁審の基本的な構え

1 塁ベース後方で、ファウルラインをまたいで位置する。(写真⑩)



⑩

## 13. 素早くティー台を移動

本塁でのプレーを予想される時、球審はティー台を走者の走路外へ素早く移動させる。(写真⑪)



⑪