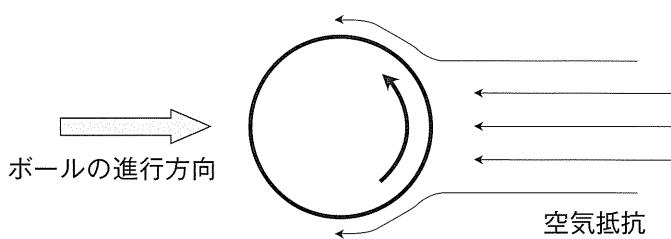


変化球

- 変化球は、ボールの回転と進行方向から受ける空気抵抗で、ボールの回転方向に変化する現象である。



ボールの回転により表面の空気抵抗が異なり
ボールの軌道に変化が生まれる

4章

指導初級法者の
心

ライズボール

- ボールに対してバックスピンをかけ、浮き上がる性質がある。
- ボールの握り方については（写真）に示したようにいくつかの握り方がある。



- いずれの場合もリリースの時にバックスピンをかけるように手首を使う。

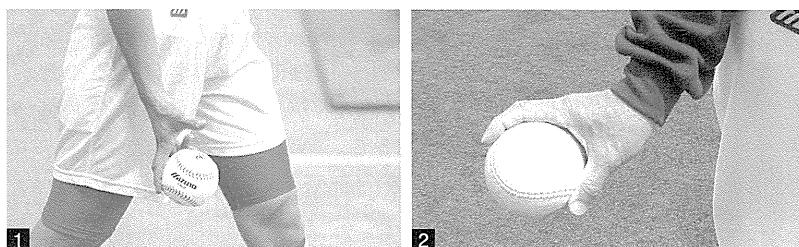


- 指がボールの下に入るような感じで、バックスピンをかける。



- やや低めに踏み込み、下から上方向に投げ上げるような感じで、ボールの方向性を上向きに与える。また、ローライズを投げるときには上から下方向に投げ降ろしながらバックスピンをかけることになる。さまざまな投げ方があるが、いずれにしても共通点はしっかりとしたバックスピンをかけることである。意識的にボールの後方を下方向に引っかいて投げることもできるが、技術的には高いものが要求される。

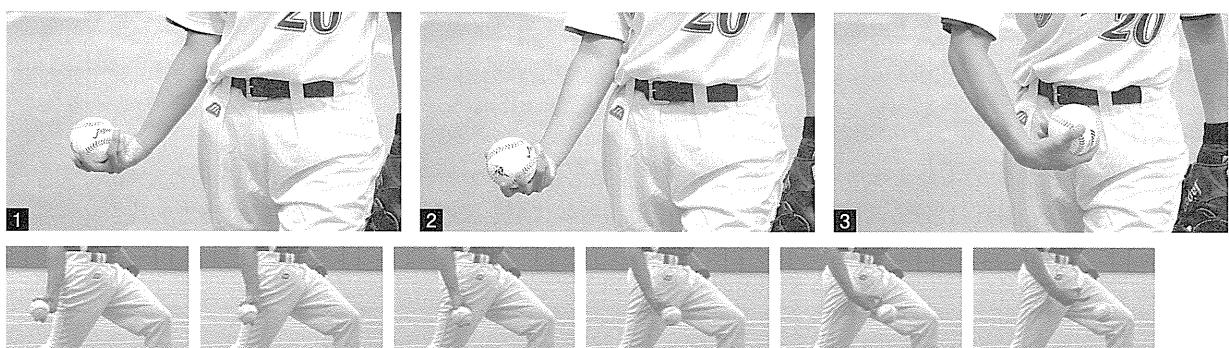
ドロップ



- ボールにトップスピンをかけ、落ちる性質がある。
- ボールを指で引っかけるようにして投げる方法①と、指をボールの上からかぶせるように投げる方法②がある。

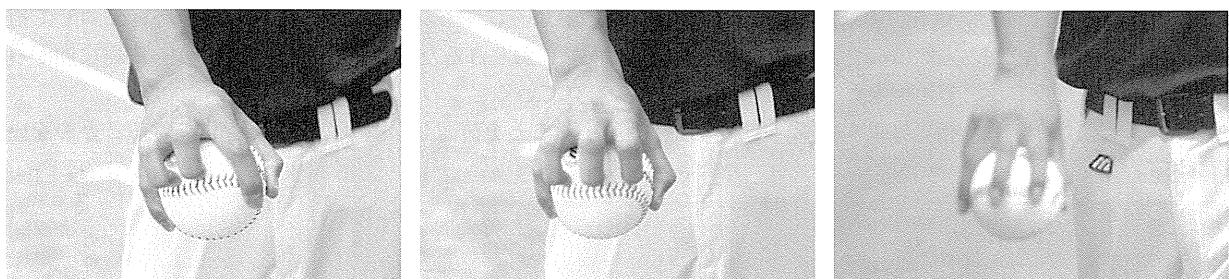
スライダー

- ・ボールに横の回転を与え、横に変化する球種。
- ・ライズボールの握りから、ひねり上げる動作をしないで、ボールの下を指先で滑らせるようにして横に回転を与える。



チェンジアップ

- ・スピードを極端に遅くして、打者のタイミングを狂わせるボールである。
- ・握り方は様々なものがある。



・いずれにしてもボールに対して強い力を与えないようにすることが大切であり、自分の投げやすい、また、目的にあつた投げ方を研究することが必要である。

〈例1〉手の甲を打者に向けて投げるチェンジアップ



〈例2〉親指と人差し指の間から抜くように投げるチェンジアップ

