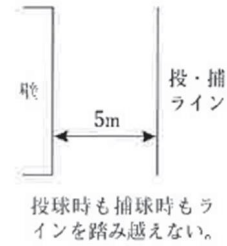


## 1. 投球と捕球（壁当て）

- ㊦ 壁にボールを投げ当て、はね返ったボールを捕球する。  
 ㊧ 30秒間投球と捕球を繰り返し、捕球回数を記録する。  
 ㊨ 体育館で行う場合は、やわらかいボールを使用する。

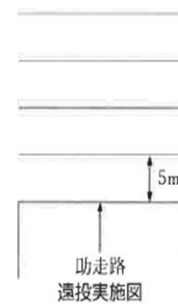
	評価	5	4	3	2	1
捕球 (回)	男	15以上	14～12	11～8	7～6	5以下
	女	12以上	11～9	8～6	5～4	3以下



## 2. 投球（遠投）

- ㊦ 男女とも検定3号（周囲30.48cm）のボールを使用する。  
 ㊧ 3投中の最高記録を計測する。

	評価	5	4	3	2	1
投球 (m)	男	50以上	49～45	44～35	34～30	29以下
	女	35以上	34～30	29～20	19～15	14以下



## 3. 走塁（ベース1周）

- ベース間は18m29として男女共通。

	評価	5	4	3	2	1
走塁 (秒)	男	12.4以下	12.5～13.1	13.2～14.0	14.1～14.5	14.6以上
	女	13.5以下	13.6～14.2	14.3～15.0	15.1～15.5	15.6以上

## 4. キャッチボール（2人による、スローイングとボールキャッチ）

- ㊦ 距離は、男女18m、女子15mで行う。  
 ㊧ 30秒間のキャッチボールを2回行い、スローイングの最高回数を記録する。

	評価	5	4	3	2	1
投球	男	20以上	19～17	16～14	13～11	10以下
	女	18以上	17～15	14～12	11～9	8以下