

試合前後の動き

1 球場入場前の動き

- ① 「ランニング」「体操」などボールを使わないアップを球場外で行う。
- ② 試合開始予定時刻30分前、本部にてメンバー用紙交換及びトスを行う。
(監督・主将)ユニフォーム姿
- ③ 前試合5回終了後、先発バッテリーはブルペンに入ることができる。(捕手はフル装備)
- ④ 前試合終了後、直ちにスパイクに履き替え、ベンチ横に荷物を置いてアップの準備に入る。

2 アップから試合開始までの動き

タイムテーブル	先攻チーム	後攻チーム
0:00	キャッチボール・トスバッティング(10分間) ※外野を使用	
0:10	道具チェック	シートノック(7分間)
0:17	シートノック(7分間)	道具チェック
0:24	ライン引き・グラウンド整備(前試合の勝チーム)	
0:30	試合開始	

3 試合終了後の動き

- ① 速やかにベンチをあけると同時に、勝ちチームがグラウンド整備を迅速に行う。
勝ちチームは次試合のシートノック終了後に再度グラウンド整備を行う。
- ② 試合記録用紙に必要事項を記入し、本部に提出をする。(監督は必ず確認をする)
- ③ 監督は球場を去る前に本部で次試合の確認を行う。

4 留意事項

- ① 相手チームのシートノック中は先発バッテリーを除き、全員ベンチ内にいる。
- ② ノッカー(監督・部長・コーチ)及び補助員は必ず選手と同じユニフォームを着用する。
- ③ ノック時間は7分以内とする。
- ④ グラウンド整備時間短縮のため、ノック中は「打者席及びマウンド付近」を使用しない。
- ⑤ ノック補助員としてベンチ入りメンバーの他に2名までを追加できる。
- ⑥ 補助員にあたる生徒は必ずヘルメットを着用する。
- ⑦ 捕手はフル装備とする。
- ⑧ グラウンドによっては、反対面で試合を実施している場合、外野への打球が試合へ影響しないように注意してノックを行う。
- ⑨ 第1試合の学校はグラウンドに入る時間に余裕がある場合がある。この場合シートノック開始時刻を起点に「ランニング」「キャッチボール」「トスバッティング(M号球以外の道具を使用しての練習は禁止)」「サイドノック」など各チームで行う。