

野球の分析方法

veo

映像の活用

04
はじめに

05
「なぜ」を見つける

08
目標を明確にする

10
何を見るべきかを知る

12
役割を分担する

15
観察・分析・共有

17
前向きな評価と建設的な指摘

18
選手は映像から学ぶ

19
野球の分析は一連のプロセス

21
最後のポイント


180° FOV
4K NOIR
30 FPS

はじめに

野球を取り巻く環境が急速に変化する中、試合後や練習後の分析の重要性は、かつてないほど高まっています。優位に立つためのたゆまぬ追求を背景に、カテゴリーを問わず多くのコーチが、選手育成と戦術の精度を高めるための基本ツールとして映像分析を取り入れるようになりました。改善したい点が何であれ、プレーを映像で細部まで振り返れることは、他に類を見ない大きなメリットをもたらします。映像分析は、単に「見る」だけの作業ではありません。傾向を見つけ、課題を修正し、チーム全員の力を最大限に引き出すための手段です。

映像技術を基盤とする企業として、Veoは、コーチや選手、チーム・組織が映像を活用し、成長につなげられるよう支援しています。この電子ブックは、野球で映像分析を始めるためのガイドです。実践的でコーチにも使いやすいハンドブックとして、効果的な分析の進め方を確立するために必要なツールや知識、振り返りで注目すべきポイント、そしてVeoを活用してそのプロセス全体をシンプルにする方法を紹介します。時間や人員、リソースが限られていることは、私たちもよく理解しています。だからこそ本ガイドは、余計な負担を増やすことなく、映像を活用してチームやプログラムへの理解をさらに深めたいコーチのために作られています。Veoは、日々の仕事を増やすためのものではなく、楽にするためのもので

野球を取り巻く環境が急速に変化する中、試合後や練習後の分析の重要性は、かつてないほど高まっています。優位に立つためのたゆまぬ追求を背景に、カテゴリーを問わず多くのコーチが、選手育成と戦術の精度を高めるための基本ツールとして映像分析を取り入れるようになりました。改善したい点が何であれ、プレーを映像で細部まで振り返れることは、他に類を見ない大きなメリットをもたらします。映像分析は、単に「見る」だけの作業ではありません。傾向を見つけ、課題を修正し、チーム全員の力を最大限に引き出すための手段です。

本ガイドは、すぐに実践できる5つの章で構成しました。「なぜを見つける」、「目標を明確にする」、「何を見るべきかを知る」、「役割を分担する」、「観察・分析・共有」の5つです。このガイドでは、実践的な活用方法をご紹介します。Veoなら、パワフルでありながらシンプルな機能を使って、あらゆるレベルのチームが手ごろな価格で、効果的に映像分析を取り入れることができます。

ぜひ楽しみながら取り組んでみてください。チームの映像分析への挑戦は、まだ始まったばかりです。

「なぜ」を見つける

野球分析を使いこなすための第一歩は、自分自身に問いかけてみることです。「なぜ自分は試合や練習を分析したいのか？」これは哲学的な問いではなく、明確な目的を定めるうえで重要なステップです。「なぜ」が定まっていないと、映像分析は方向性を失い、ただ時間を費やすだけの作業になってしまいます。

多くのコーチにとって、その「なぜ」は選手一人ひとりの育成にあります。つまり、それぞれの選手が持つ可能性を最大限に引き出せるよう支援することです。投手であれば、映像でフォームの課題を見つけて修正することかもしれません。打者であれば、タイミングと選球眼を分析し、球種を見極めてしっかりミートできるようにすることかもしれません。守備においては、映像を活用して守備位置を改善するとともに、なぜ失策が起きるのか、どうすれば防げるのかを詳しく分析することもできます。



長期的なビジョンを持つコーチにとって、「なぜ」の中心にあるのは、選手の育成であることが多いでしょう。この場合、映像分析は選手の成長を追跡する強力なツールになります。1シーズン、さらには複数シーズンにわたって選手の成長を映像で記録し、その進歩を具体的に示すことができます。そして、もうひとつ大きいのが進路です。ハイライトを手軽に切り出して共有できれば、進学先の監督に見てもらう映像や、スポーツ推薦やセレクションに向けた資料を、選手自身の手でまとめられます。上のレベルで野球を続ける道を切り開くうえで、これは大きな後押しになります。Veoなら、必要なものすべてが一つのパッケージにまとまっています。録画から分析、ハイライトリールの作成まで、Veo一つで完結します。

「なぜ」は、コーチ自身の成長に向けることもできます。チームのパフォーマンスを分析することで、評価する目が磨かれ、野球への理解も深まります。自分が下したコーチング上の判断を振り返り、選手がどのように反応したかを観察し、傾向を見つけていくことは、コーチとして成長していくうえで非常に重要です。こうしたプロセスによって、戦略を発展させ、試合中の采配や練習の管理を改善するためのフィードバックループが生まれます。

そしてもうひとつ、「楽しさとハイライト」を生み出すことも、立派な「なぜ」です。野球には、忘れられない瞬間が数多くあります。映像を使えば、そうした瞬間を称え、いつまでも残しておくことができます。チャンスでの一打、ダイビングキャッチ、完璧な守備といった場面を集めたハイライトリールは、選手の自信を高めるだけでなく、チームや家族のあいだに一体感と達成感を育てます。Veo Liveを使えば、その瞬間をそのまま届けることもできます。保護者、ファン、進学先の指導者、そしてOB・OGの皆さんが、どこからでも観戦できます。シーズンの終わりに、最高のハイライトやプレーを選ぶ賞を設けてみるのもおすすめです。努力を認め、成果を称え、選手のモチベーションを高めるきっかけにもなります。こうした瞬間をみんなで称え合うことは、チームに前向きな文化を育むだけでなく、野球の楽しさをあらためて感じるきっかけにもなります。

正解も間違いもありません。大切なのは、自分の「なぜ」が明確で、自分自身の目的に根ざした、偽りのないものであることです。投球フォームに関心があるなら、そこが出発点です。選手を上のレベルへ送り出すことが一番の目標なら、それを軸に進めてください。自分の「なぜ」を大切にすることが、分析プロセス全体を導く原動力になります。

「なぜ」を見つける

始める前に、次の点を少し考えてみてください。

→ **選手の年齢と技術レベル**

少年野球の選手に必要な技術や意識は、中学・高校の選手とは根本的に異なります。高校生に求められるものと、大学・社会人で続ける選手に求められるものも、やはり違います。小学生のうちは、基本的な動作と、野球そのものを楽しむ気持ちを育てることが中心になります。中学では、軟式の部活か硬式クラブかという選択も含めて、進路を見据えた選択を迫られる場面も出てきます。高校生になると、状況に応じた判断、夏の大会で勝つための力、そして進路に向けた準備へと重心が移っていきます。大学や社会人のレベルでは、戦術理解を深め、体づくりを突き詰め、トップレベルで戦うために必要な精神的な強さを身につけることが求められます。

→ **チームの目標と文化**

チームが重きを置いているのは育成でしょうか、勝利でしょうか、それともその両方のバランスでしょうか。分析の進め方は、チームの基本的な方針に沿ったものである必要があります。

→ **使える時間**

試合や練習の振り返りに、自分とスタッフがどれだけ時間を使えるのか、現実的に見積もってください。数週間で投げ出してしまう計画よりも、無理なく続けられる計画のほうが、はるかに有効です。学生の力を借りることも、ぜひ検討してみてください。スポーツ分析に興味のある学生は、クリップへのタグ付け、映像の整理、さらには分析を通じて新たな発見を見つけることまで担当できます。学生が実質的にアナリストとして動いてくれることで、スタッフはコーチングそのものに使える時間を増やせます。

→ **コーチ自身の関心**

分析そのものを心から楽しめれば、より意欲的かつ継続的に取り組めます。野球の中で自分が情熱を注げる分野を、積極的に追求しましょう。

目標を明確にする

取り組みを導く「なぜ」がはっきりしたら、次は具体的で測定可能な目標を立てる段階です。目標を設定することで、映像分析の目的が明確になります。目標は地図の役割を果たし、本当に大切な場面へ目を向けさせ、チームの進捗を把握するための明確な指標にもなります。

実際に取り組める目標には、たとえば次のようなものがあります。

→ **一試合あたりの失策を減らす**

Veoのパノラマビューがあれば、ミスの根本原因を簡単に特定できます。足の運び、捕球してから送球するまでの遅れ、お見合いや連係ミスなど、原因を特定できれば、それに直接対応した練習メニューを組むことができます。

→ **盗塁成功率を上げる**

映像を見れば、リードが小さすぎるのか、スタートが遅いのか、それとも投手のクセを読み切れていないのかが分かります。

→ **チームの出塁率を上げる**

これはさらに細かく分けられます。四球や死球で出塁しているか、しっかりミートできているかどうかを、それぞれ分析してみてください。

→ **得点圏での被打率を抑える**

緊迫した場面をVeoの映像で振り返ると、投手と野手がプレッシャーの中でどう反応しているかが浮かび上がります。勝負どころでより効果的にプレーするために必要なフィードバックが、そこから得られます。

コーチへのひとこと

チームの成功に特に大きな影響を与えると思われる指標を、1つか2つに絞ってください。始めるにあたって高度な統計ソフトは必要ありません。自分の目と、Veoのカメラがとらえる細部までの情報を組み合わせれば、意味のある改善を追跡し、チームに進歩を実感してもらうための強力な道具になります。



次の章
映像分析の意義をさらに掘り下げ、野球を分析する際に何を見るべきかを順を追ってご紹介します。



何を見るべきかを知る

目標が定まれば、練習や試合で見るべき場面を絞り込めます。目指すのは、映像をただ見る段階から抜け出し、傾向や癖を見つけ、改善の余地を探ることです。最初の一歩は、注目するポイントを絞るために、いくつか重要な問いを立てることです。たとえば「投手力、打撃、守備のうち、チームの一番の弱点はどこか」、あるいは「どの場面でいつも同じ問題が起きているのか」といった問いへの答えが、特に重要な分析ポイントを絞り込むために役立ちます。
狙いが決まったら、野球ならではの着眼点に踏み込んでいきます。

狙いが決まったら、野球ならではの着眼点に踏み込んでいきます。

打席でのアプローチ
打者にとって映像分析は、自分のスイングと対戦する球種をより深く理解するための助けになります。まず注目したいのは、タイミングと球種の見極めです。投手の投球動作のどのタイミングでスイングを始めているのかを分析してください。そのうえでスイングと選球眼を評価し、どの球に手を出しているのか、それはなぜかを観察してください。

守備の精度と連係
守備はコミュニケーションと連係が命です。映像でチームの守備を分析するときは、内野での声の掛け合い、ダブルプレーの連係のスムーズさ、中継プレーの正確さやスピードに焦点を当ててください。

状況に応じたプレー
ここでチームの本質が表れます。ツーアウトの場面、得点圏に走者がいる場面、終盤の重圧がかかる場面でのチームの動きを、映像で分析してみてください。こうした緊迫した瞬間を振り返ることで、繰り返し現れる傾向が見つかり、プレッシャーのかかる場面で、精神面・身体面の両方からより効果的に対応する方法を選手に指導できるようになります。

ワンポイント
すべてを一度に直そうとするのはやめましょう。その週、その練習で取り組む目標は、数個に絞ります。たとえばある週は守備での声の掛け合いと打撃のアプローチに絞り、次の週は別の点に切り替える、といった進め方です。こうすることで選手が一度に多くのことを求められて混乱するのを防ぎ、大事な要点を確実に身につけられるようになります。



役割を分担する

優れた分析は、コーチだけの仕事ではありません。Veoを最大限に活かし、一人ひとりが責任を持つ文化を育てるには、チーム全体を巻き込むことが不可欠です。役割を分担すれば、時間を節約できるだけでなく、選手やスタッフのあいだに当事者意識が深く根づくようになります。

→ **選手**
選手自身が分析プロセスに参加できるようにすることは、最も効果的な取り組みの一つです。具体的で、無理なく取り組める作業を任せてください。たとえば、自分の試合映像から良かったプレーを2つ、改善したい点を1つ選んでもらうという形です。良い走塁とうまく決まったバントを良かった点に挙げ、三振に倒れた場面を課題に選ぶ選手もいるでしょう。この作業は自己評価の力を育て、自分自身をコーチする姿勢を身につけさせ、当事者意識を育みます。伸ばすべき点を自分で見つけたとき、選手はフィードバックを受け入れ、改善に本気で向き合うようになります。

→ **保護者**
少年野球のチームでは、保護者が大きな力になります。試合映像を見られるようにしておけば、クリップの確認や整理、ハイライトリールのまとめを手伝ってもらえます。これによりコーチの負担が軽くなるだけでなく、保護者が子どもの成長にこれまで以上に関われるようになります。野球そのものやコーチの役割への理解も深まり、スタンドから応援するだけでなく、チームの目標を支えることにもつながります。

→ **進路とアピール**
Veoを使えば、次のステージに向けたアピールがぐっと簡単になります。選手は自分のベストクリップを個人のプロフィールに追加していくだけで、ハイライトリールを手早く作れます。高額な外部サービスや、扱いの難しい編集ソフトは必要ありません。現代は、選手のスキルを進学先の監督にアピールするためにハイライト動画が欠かせない時代です。Veoなら、他の選手との違いが伝わる自己PR動画を、驚くほど簡単に作れます。

分析を選手たちと分担することで、選手自身の主体性や責任感を高められるだけでなく、コーチはその分の時間を、ほかの指導に充てることができます。



次の章
さらに踏み込んで、試合の録画そのものを見ていきます。分析結果をチームに伝えるときのコツも、あわせて紹介します。



観察・分析・共有

「なぜ」も、目標も、チームの関わり方も整いました。いよいよ映像を見る段階です。Veoなら広角の映像を撮影できるため、投手の投球動作から打者の構え、内野全体の守備陣形まで、ひとつのプレーをまるごと分析できます。この視野の広さが、試合の流れを正しく読み取り、チームに見せるクリップを集めるための土台になります。

振り返りの効果を最大にするために、次の点を心がけてください。

一球ごとではなく、傾向に目を向けてください。細かなミスをすべて直そうとすると、そこで足が止まります。それよりも、繰り返し現れるパターンを探してください。たとえば、外野からの中継プレーでいつも苦しんでいないでしょうか。こうした大きな傾向を見つけて手を打つほうが、一つひとつのプレーを指摘するよりも、はるかに大きな改善につながります。

目標をはっきり示すクリップを集めてください。チームと過ごせる時間は限られています。一秒も無駄にしないために、伝えたいことのお手本になるクリップを選んでください。完璧な中継プレーでも、三振に倒れた苦しい打席でもかまいません。そうした場面が、そのまま教材になります。

良い例と悪い例のバランスを取ってください。チームに見せるときは、必ず成功例から始めます。自信を育て、良い習慣を後押しするためです。完璧な守備、チャンスでの一打、決まったバントなど、うまくいった形を先に見せてください。そのうえで修正のための例を出し、何がうまくいかなかったのか、どう直すのかを示します。このようなバランスの取れた進め方なら、分析を前向きに保てるだけでなく、選手たちも自分の努力がきちんと評価されていると実感できます。

「

Veoの書き込みツールを使えば、ダイヤモンドを回る走塁のコースを示したり、内野の守備シフトを見せたり、外野からの中継の動きを描いたりできます。こうした視覚的な補強は非常に効果的で、言葉だけで伝えるよりも、フィードバックをより強く印象づけることができます」

コーチへのひとこと

前向きな評価と建設的な指摘

選手は、バランスの取れた建設的なフィードバックを最も前向きに受け止めます。映像を使ったミーティングは、チームや個々の選手がうまくできた場面を映すクリップから始めてください。完璧な中継プレー、得点圏に走者を置いた場面での一打、あるいは流れを引き寄せた奪三振などです。成功から入ることで自信が育ち、選手が耳を傾ける雰囲気が生まれます。そのうえで、修正のための例に移ります。この進め方には、いくつかの大きな理由があります。

その1つは自信が育つことです。うまくできた点を本人に見せることで、その選手の強みをさらに伸ばせます。前向きに認められた経験があるからこそ、改善点を示されたときにも心を開いて受け止められるようになります。

2つ目は分析を建設的に進められることです。指摘したい点を、その選手がすでに持っている才能や技術を伸ばすための話として示せば、自分だけが取り上げられているようには感じられず、同じ目標に向かうチーム全体の取り組みとして受け取ることができます。選手はフィードバックを、自分の能力への攻撃ではなく成長のための道具として捉えるようになります。

3つ目は映像分析という取り組み自体への信頼が生まれることです。悪いプレーばかり指摘するのではなく、良いプレーも同じように取り上げていると選手に伝われば、コーチへの信頼、そして映像分析そのものへの信頼が一段と深まります。これは、選手とコーチの間の良い関係の土台であり、成長し続けるチームには欠かせないものです。少年野球でも、高校でも、大学でも、こうした取り組みが、選手が次の段階へ進むための準備につながります。





選手は映像から学ぶ

野球の選手も、他の競技の選手と同じように、試合を目で見ることで、より効果的に学ぶことができます。「ゴロを打つときには頭を上げるな」と何度言われても入ってこなかったのに、自分が打ち上げて凡フライに終わった場面と、完璧に打てた場面の映像を続けて見た瞬間に、すっと理解できることがあります。Veoは、「見て学ぶ」という学習スタイルを軸に設計されています。だからこそ、プロと同じように、グランドでのプレーと自分の動きを結びつけて学ぶことができるのです。

映像ミーティングは、短時間で要点を絞って行いましょう。たくさんのクリップで選手を圧倒するのではなく、特に伝えたい内容がよく分かるクリップを2つか3つ選びます。狙いは試合全体をくまなく振り返ることではなく、明確で記憶に残るポイントを伝えることです。Veoのクリップ共有機能はとてもシンプルなので、こうした気づきを選手本人に直接届けられます。選手は自宅でも、自分の都合のよい時間にクリップを見返せます。これによって、学びの主導権が選手自身の手に渡ります。

宿題のアイデア：分析をもっと双方向で、選手主体のものにするために、簡単な宿題を出してみてください。自分の試合映像を見返し、気づいたことをクリップに書き込んでもらうという課題です。うまくできたことを2つ、伸ばしたいことを1つ挙げてもらいます。こうすると選手は映像とより深く向き合い、自分の成長に自分から関わるようになります。



野球の分析は一連のプロセス

覚えておいていただきたいのは、映像分析は一度で終わる特効薬ではないということです。コーチにとってもチームにとっても、時間をかけて身についていく技術です。映像を使うほど、機器にも進め方にも慣れていきます。やがて、次のようなことができるようになります。

→ 大事な傾向を早く見つけられるようになります。数をこなすうちに、チームのプレーの傾向をすばやく捉える目が育ち、問題の核心に効率よくたどり着けるようになります。

→ 映像の確認にかかる時間を大幅に短縮できるようになります。映像の選び方が身につき、すべての試合を最初から最後まで見る必要のない、効率的で効果的な進め方ができるようになります。

→ より明確で、より説得力のあるフィードバックができるようになります。映像の扱いに慣れるほど、フィードバックはより具体的で視覚的なものになり、より大きな効果を発揮するようになります。

→ より強く、より賢いチームを作れるようになります。良い習慣を後押しし、悪い癖を直すために映像を使い続けることで、逆境に強く、責任感があり、野球をよく理解したチームを育てられます。

そして何より大切なのは、映像分析そのものを楽しむことです。野球は、選手がその中で成長し、困難を乗り越え、大小さまざまな勝利を喜び祝う競技です。映像はそのすべてを実感するためのツールであり、努力が実を結んでいることをチームに示してくれます。

Veoのツールを活かす

Veoは、映像分析をもっとシンプルに、手頃な価格で、効果的に行えるよう設計されています。パワフルな機能を組み合わせ、あらゆるレベルのコーチに、映像分析に必要なものをすべて提供します。

コーチのための理想的なカメラ：誰かが操作しなければならない従来のカメラとは違い、Veoのカメラはグラウンド全体を自動でとらえる賢い仕組みです。投手と捕手の連係から、守備陣形、攻撃の組み立てまでを分析するために必要な、グラウンド全体を見渡す視点をもたらします。

書き込みツール：野球はコミュニケーションが命です。Veoの書き込みツールは、選手への伝達力をさらに高めます。プレーに印をつけて守備位置を示したり、線を引いて走塁のコースを見せたり、特定の選手の頭を丸で囲んで、その選手が意識すべきポイントを示したりできます。こうした機能によって、抽象的だった考えが、選手がその場で理解して実行できる、目に見える学びに変わります。

ライブ配信：Veoなら、試合をリアルタイムで配信して、どこからでも観戦できるようにします。会場に来られないファンや家族、関係者にも、選手のプレーを届けられます。遠征の多い硬式クラブチームや高校野球部なら、離れて暮らす家族はもちろん、進学先の指導者にも試合をリアルタイムで見てもらえます。

手の届く価格：Veoなら、複数のカメラや専任の撮影担当者、高額で複雑な設備は必要ありません。コンパクトなカメラ1台で始められるため、どのレベルのチームでも無理なく導入できます。これまで予算の壁から映像分析を導入できなかったチームにも、その機会が広がります。 さらに他のサービスとは異なり、Veoは選手ごとに料金がかかりません。チーム全員が追加費用なしで利用でき、料金体系もシンプルで予算も立てやすくなっています。

クリップ共有：シンプルで直感的なクリップ共有機能を使えば、選手や保護者、進路先の監督など、それぞれに必要なプレーを手軽に共有できます。ほんの数クリックの操作で、次のステージを目指す選手のハイライトリールを作ったり、特定の課題に取り組む選手にピンポイントでクリップを送ったりできます。必要なフィードバックを、必要な相手にすばやく届けられます。

映像分析は、コーチの指導と選手の学び方を大きく変えます。映像分析を最大限に活用するために、常に「なぜ」に立ち返り、次のポイントを意識しましょう。

1.

一週間に取り組む目標はいくつかに絞り、チームの負担が大きくなりすぎないようにしましょう。

2.

選手が自分の成長に責任を持てるよう、後押ししましょう。

3.

映像は、直すためだけでなく、称えるためにも使いましょう。

ご質問はありませんか？

クラブで映像技術やカメラシステムをどう導入すればよいか、迷っていませんか？Veoまでお気軽にお問い合わせください。私たちには、あらゆるカテゴリーの野球で映像を分析し、活用してきた豊富な経験があります。

問い合わせる

試合を分析する上で、映像は欠かせません。映像の撮影方法や分析方法には、さまざまな選択肢があります。ただし、チームの戦術を分析したいのであれば、グラウンド全体を見渡せる映像が必要です。

Veoは、試合の録画から視聴・振り返り、チームのパフォーマンス分析、映像や分析結果の選手との共有まで、すべてを一つで行えるツールです

問い合わせる

Veo Technologies ApS
Rovsingsgade 68
DK - 2100 København Ø
veo.co