

浜松湖北

女子バスケットボール部



5月

四月の上旬から休校が始まり、現在も活動ができない状態です。IHも中止が決定し、先が見えない状況で不安もあります。IHも中止が決定し、先が見えない状況で不安もあります。部員はモチベーションを維持しながら、自主練習に励んでいます。

この新聞も、第一号が好評の中、第二号の発行となります。今月は、今年度のチームスタイルと昨年度のイベントの様子を紹介していきたいと思えます。

チームスタイル

今年度のチームスタイルはスペインのバスケットを中心に作っていきます。簡単に説明すると、短いパスでボールとディフェンスを動かしつつ、スクリーンを使ってフィニッシュするという形です。実際にはもっと複雑で、かなり頭を使う戦術となっています。

こうした戦術で勝つためには、高いバスケットIQが求められます。普段から頭を使うメニューを取り入れ、能力を高めていきます。また、練習以外でも周りに気を配って生活することで、プレーにもつなげていきます。

他にも、スペースを活用したミドルシュートや四十分間走り続ける体力が必要になります。地区大会、県大会で勝ち上がっていくために、部全体で頑張っていきます。



夏の強化合宿 〜二泊三日伊豆遠征〜

八月十日〜十二日にバスに乗って伊豆にある松崎高校に行きました。各地区から八校が集まり、練習試合を行いました。



朝には、田んぼ道を散歩しました。辺りに響くカエルの鳴き声と、山から覗く朝日を目を覚まし、その日のやる気を奮い立たせました。

少ない人数で二日間試合をこなすのは、かなりハードでした。練習試合を行う中で、体力面、技術面で新たな課題を見つけることができました。最終日、帰る際に海に寄りました。波が高かったのですが、海に入り、帰りのバスでぐっすり寝ちゃうほど遊びました。

この三日間は夏休みの充実した思い出の一つになっています。

湖北生ジャック

八月末に湖北生ジャックがありました。女バスでは、タピオカドリンクとトロピカルジュースを販売しました。

練習後に家庭科室へ行き、試作・試食を繰り返して自分たちの最高傑作を完成させることができました。当日は大きな声で売り込みをし、完売を達成しました。

体育大会



毎年恒例の「部活動対抗リレー」に、女バスは引退した三年生と盛りの一・二年生の二チームで参加しました。三

年生は、勉強をしすぎたせいか、振るわない結果でしたが、一・二年生チームは盛りなだけあって見事優勝を成し遂げました。今年度は二チームとも良い結果を残すことができました。頑張ります。

練習後の楽しみ

夏、練習でたくさんのかいた後の川遊びは格別です。泳いだり、近くの岩の上から飛び下りたり、散策したりするのは、女バスの夏の風物詩と言っても過言ではありません。翌日、日焼けでヒリヒリ痛かったのも良い思い出です。夏がとても待ち遠しいです。

