

浜松湖北

女子バスケットボール部



11月

ウインターカップが終了し、課題も多く見つかりました。

次の12月に行われる新人戦に向け、日々努力していきま
す。今月は1年生が作成を担
当します。

新人戦西部予選

新人戦西部地区予選が12月12日から1月11日にかけて行われます。今年度はウインターカップまでの大会が中止になった関係で、リーグ戦から始まります。リーグ戦の対戦相手は、浜松北、浜松江南島、浜松日体となりました。12月12、13日に計3試合行われ、2位以上がトーナメントに進み、そこで10位以上に入ると県大会に進むことができます。また、来年度のインターハイの抽選もこの結果から行われるため、とても大事な大会となります。

新人戦に向けて

ウインターカップで、大きな課題として挙げたのが、失点とペイントエリア内での得点力でした。選手数が少ないため、1日2試合行うことを考えるとアップテンポのハイスコアゲームではなく、ロースコアの試合が勝つために必要となります。失点をできる限り抑えるために、1対1のDF力向上及び、リバウンド、ルーズボールを徹底することをまずは意識して行っていきます。また、OFでもDFでも接触する場面が増えるため、コンタクトトレーニングと瞬発トレーニングにも力を入れていきます。

ハードな戦いになると思いますが、県大会出場を目指し、チーム一丸となって頑張ります。

練習試合

11月3日(火)に浜松北高校で練習試合を行いました。

ウインターカップで上手くいかないことも多く、やらなければいけないルーズボールやリバウンドまで疎かになってしまいました。他にも、試合中のコミュニケーションやディフェンスへの切り替えが遅い点、プレーを人任せにした点が課題として挙げられました。先輩後輩、経験値の差に関係なく、練習の中で声を掛け合うことが必要だと感じました。ただの「ファイト」という声だけでなく、具体的なプレーに関する声を出していきたいと思えます。



11月21日(土)に磐田北高校で練習試合を行いました。

前回の練習試合での反省を練習の中で改善をし、プレーをすることができました。特にウインターカップ明けから練習をしている。ローポストを使った3対3やハンドオフからのスクリーンプレーなど、チームで目指しているOFが少しずつ形になってきているように感じました。またDFにおいては、リバウンドを徹底して行うことができ、失点も朝得ることができました。

一方で、自分たちのパスマスからイーजीショットを打たれたり、ヘルプが遅れたり、簡単に得点を許してしまう場面がいくつかあったため、新人戦まで時間がないうちで、ヘルプやローテーションといったチームDFの強化を図っていきたくです。

期末テストに向けて

12月1日から4日にかけて期末テストが行われます。今回は大会が近いいため、テス

ト期間中も練習を行います。体育館が使えない時間は教室を借りて、テスト勉強に励んでいます。学生の本文が学業です。部活動は学業の上で成り立っていることを念頭に置き、それぞれが進路に向け、成績優良者になれるよう努力しています。



コラム

バスケットボールの最先端はアメリカであるため、バスケット用語で英語が多く使われます。例えば、コフィンコーナー、スティック、ペネトレイト、イニシアティブなどがあります。意味が分かるでしょうか。そういった表現に慣れるためにも、普段の練習メニューも英語で書かれています。