

男子バスケットボール部 8月の活動

夏休みに入り7月は課外と練習の両立を続けてきましたが、8月に入りじっくりと練習できる時間が増えました。序盤は快調に練習できましたが、新型コロナウイルスの感染拡大により、中盤以降練習ができなくなってしまいました。せっかくの実力アップの期間に…残念です。



スライダーボードで体幹トレーニング



ボールを使って負荷UP



基本に忠実に

今年はWiFi環境をいかして動画をみながらの練習を多くしています。トレーニングやドリブルをみて「真似しながら」楽しく練習して、上達できたらよいと思います。

練習後にプールでクールダウンするのも、夏の楽しみの一つです。



学校説明会

8月4日(水)の学校説明会では、部活動体験に4名の中学生が参加してくれました。「シュート力UP」を目的に、1時間ですが充実した練習をすることができました。高校生も中学生に「教える」ことを通じて、自分の技術の再確認をすることができました。

練習試合報告

練習試合が中止になってしまったチームの方々、またよろしくお願いします。



練習後に情報交換
みんな、待ってるよ!!

8月3日(火) 科技日立高

午前中本校体育館において、科技日立高と練習試合を行いました。ディフェンスの強さと展開の速さになかなか自分たちのバスケットができませんでしたが、それも良い経験です。気持ちの強さは何回対戦しても参考になります。試合後は一緒にスイカを食べて親交を深めました。科技日立高の皆さん、ありがとうございました。

8月5日(木) 茨城キリスト高

午前中本校体育館において、茨城キリスト高と練習試合を行いました。3日の科技日立高戦での経験を生かして自分たちのバスケットを展開することができました。全員が一生懸命戦う姿勢は、とても良い刺激になります。茨城キリスト高の皆さん、ありがとうございました。

