

成瀬高校 男子バスケットボール部 活動報告 Vol.2

【 砂川ウィンターキャンプ 2019 】



12月26日に砂川ウィンターキャンプが開催されました。私たちも参加し様々なことを吸収することが出来ました。このウィンターキャンプにはU15のコンフィアンサ東京や福島県の尚志高校、そして全国1位を誇った福岡第一高校等の強豪校も数々参加しており、普段は戦うことの出来ない相手と試合をすることができました。試合結果は以下の通りです。

第1試合・VS コンフィアンサ東京	08-79	負
第2試合・VS 錦城高校	25-30	負
第3試合・VS 日本大学高校	26-34	負
第4試合・VS 尚志高校	16-44	負
第5試合・VS 福岡第一高校	21-85	負

今回は前回行われた新人戦での課題でもあった攻守の切り替え、ディフェンスの強化等の練習を増やしており試合の中でもその成果が見られた場面もありました。また、これまでの試合は個人プレーが多くなってしまい、フィジカルや技術面において大きく差があるチームに負けてしまうということもしばしばありました。そこで「チームで戦う」ためのセットオフェンスや3対3といった実際の試合中を想定した練習を取り入れ、「常に協力して相手を崩していくバスケ」の完成を目指し努力を重ねました。

コンフィアンサ東京との試合では体格もスピードも得点も大きく差がありました。そんな中でも練習でやったオフェンスやゾーンディフェンスが生きていたなど感じる場面がありました。しかしながら、錦城高校との試合では、第1ピリオド10-10で第2ピリオドが頑張りどころとなりましたが、声掛け等が足りておらず相手に流れを取られてしまうという形になってしまった部分もありました。日本大学高校、尚志高校も同じように様々な面で足りていないなど感じる場面があり、まだ自分たちに足りていないものがハッキリと出た、そして気づくことが出来た試合だったと思います。

一方、最後の福岡第一高校との試合では、とても貴重な経験となりました。全国レベルのプレイヤー達と戦うことが出来たという事実に選手たちもとても喜んでいましたし、少なからず直接戦って吸収できたことがあったのではないかと思います。この貴重な体験を自分たちのメンタルや技術という面に繋げていってもらえたらいいと思います。

1年生大会まではもう数える程しか練習期間がありませんが、少ない時間の中でどれほど詰めていけるかがここからは勝負となります。一日一日全てにおいて気を抜かず、勝ち抜いていくための体力、肉体の強化のためのメニューを継続・体のメンテナンスをしっかりとすることで、フィジカル面でも確実にパワーupした状態で1年生大会に挑むことができるようにより一層努力をしていきたいと思っています。

第42期マネージャー