

女子バスケットボール部 活動報告

2020.12.24

～2学期の活動報告～

☆練習試合☆

- ・ 若葉総合高校&八王子北高校
- ・ 野津田高校
- ・ 片倉高校
- ・ 狛江高校&町田高校
- ・ 狛江高校&深沢高校
- ・ 南中学校
- ・ 小川高校

☆大会☆

- ・ サンクスマッチ
- ・ 新人戦



【振り返り】

2学期は、個人個人が大きく成長できました。夏から体力づくりに力を入れ、『ただ走る』というようなものではなく、試合に生きるといったランメニュー・トレーニングを行いました。また、感染対策をしっかりとした中で、多くの高校と練習試合をし、実践的な練習もできました。走りのメニューを多く取り入れたことにより、後半の練習試合ではとてもいい試合ができました！体力に少しの余裕ができたことにより、以前よりも周りをよく見てゲームができていました。ですが、やはりプレー中のコミュニケーションが少ないので、改善していこうと思います！

また、2学期はチーム力も特に深まりました。

きついメニューをみんなで乗り越えたことによりチームにはより大きな結束力ができました。ミスをしたとしても、みんなでカバーしミスが怖いという雰囲気をなくしていくことができたと思います！

多くの実戦練習ができた今学期は、成長した面・課題面がはっきりと見えました！私たちに足りないところを少しでも埋めていけるよう、今までよりもっと気合を入れて頑張っていこうと思います！



一年女子バスケット部員