

浜頓別高等学校バスケットボール部 2022年7月14日更新

＜高体連名寄支部バスケットボール選手権大会＞（担当 マネージャー平塚・佐藤）

5月20日に名寄で行われた高体連名寄支部バスケットボール選手権大会に参加してきました。私たちは、予選トーナメントで士別翔雲と対戦しました。

結果は負けてしまいましたが、それまでの過程を見ると、試合も含めチームとして成長できたと思います。試合に向けての相手チームの分析、そこから自分たちが戦った時にうまく試合を運べるよう、オフェンス・ディフェンスの強化などと、話し合いながら練習に取り組みました。

試合になってみると、パスやドリブルのミスが多く相手にチャンスをつくってしまったり、シュートの時に逃げてしまったりと、焦りやプレッシャーでのメンタル面のミスもありました。課題も多く見つかりましたが、練習したことを挑戦することができたと思います。

この大会を通して、出来たことはもっと出来るように、見つかった課題は改善できるように、1人1人が意識を持ち今後の練習をしていきたいと思います。人数が少なく、出来る練習内容は限られていますが、目標に向かって頑張っていきますので今後も応援をよろしくお願いします！



＜練習試合報告＞

6月19日に浜頓別高校で枝幸との練習試合を行いました。枝幸のチームは、高校生から大人までたくさんの方が来てくれ、ゲームは10分、2ピリを2セットしました。

1セット目は男子と42-22、2セット目は女子と56-18で勝つことができました。

練習してきたことを積極的にゲームに取り入れることができ、強気にゴールに向かうことができていました。ディフェンスではプレッシャーをかけ、スティール（相手からボールを奪う）する場面が以前より増え、成長を感じることができました。しかし間の休憩時間が少なく、疲れからか後半はつらそうな表情をしていて、得点のチャンスとなるとときにパスミス、キャッチミスなどしてしまうことが多くあり、体力の向上やハンドリング力などの技術の面での個人の課題が多く見つかりました。相手にコンタクトされながらのシュートで負けてしまうことがあったので、今よりも更に上達するため、日頃から全力でオフェンスやディフェンスすることを習慣付けていきます。

そしてこれからの練習では、できないことにもたくさん挑戦して自分がしたいプレーを頭でイメージし、チームワークを大切に、声を掛け合いながらお互いを高めあってバスケットをしていきたいと思っています。

いつも応援してくださる保護者の皆様、ありがとうございます。これからも応援よろしくお願いします！！

浜頓別高等学校バスケットボール部

目的

「なりうる最高の自分になる」

- ・自分のコントロール出来ることにベストをつくして「理想の自分・最高の自分」になる。

目標

「全道大会出場」(名寄支部大会優勝・稚内地区大会優勝)

【チームのテーマ】

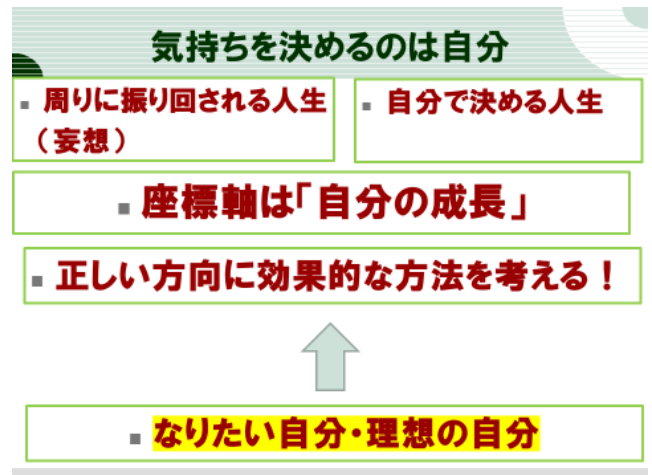
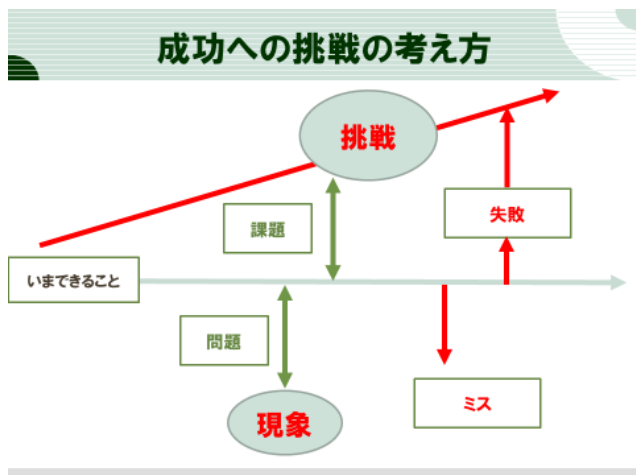
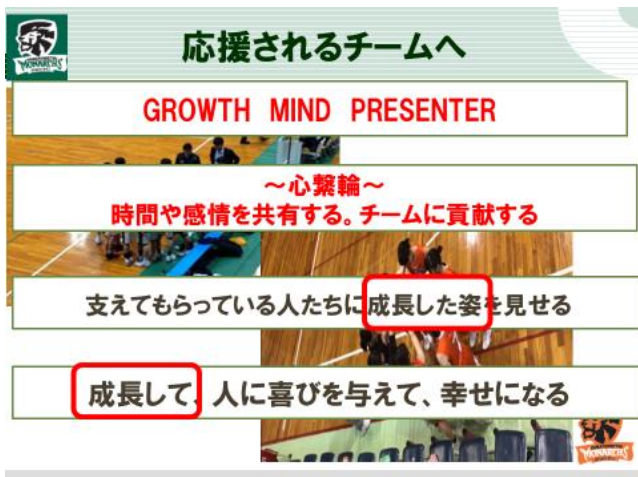
「何のためにバスケットをするのか？何のために勝ちたいのか？」

「一緒に成長しよう」「仲間と考え方や感情を共有しよう」「頑張っている仲間と何かを成し遂げて喜びを分かち合おう」、「支えてもらっている人に成長している姿を見せよう」「その瞬間が素晴らしいから頑張ろう」

上手かどうかや試合に出ている、出ていないにかかわらず、一人ひとりができることを探して役割を全うする。そして、理想の自分になるための目標にむかう挑戦を認め合うこと。誰かのために頑張ることができ、人の支えに気づける生徒、選手であることが大切だと思います。チームに関わる全員が良い仕事をして信頼関係を持たないと、喜びを分かち合えない。ほかの人に意見を伝える、ほかの人の意見を受け入れる。その意見をコート上で表現する。そうしてチームプレーが生まれると信じています。

「失敗と書いて成功と読む」

常に失敗という壁に遭遇していますが、失敗を恐れず果敢に挑戦しています。挑戦して失敗したことからは次に向かうヒントをもらえる。それこそが成長への近道である。より多くの苦難を乗り越えていくことで「粘り」や「頑張り」が養え、成功の道が開けるはずです。



4 活動時間

- ・平 日：体育館練習（週1回：3時間 週3回：1時間半） 補強トレーニング（週2回：1時間程度）
- ・休 日： 9：00～12：30・13：00～16：00 の2パターンで体育館練習

5 今シーズンの目標 「全道大会出場」（名寄支部大会優勝・稚内地区大会優勝）

【チーム名】MONARCHS「モナークス」



「MONARCH」とは君主という意味です。そこに2つの想いを込めています。1 つ目は「**名寄支部の王者**」・「**稚内地区の王者**」を**目指すという決意**です。2つ目は経験の少ない選手や高校からバスケットを始めた選手の多いチームに、コート上で練習の成果を発揮し「**自分たちのプレーを堂々と表現して欲しい**」そんな願いを込めました。また、チームのロゴは動物の王者であるライオンをモチーフとしました。

6 中学生の皆さんへ

私たちは、全道大会出場のため日々真剣に練習に取り組んでいます。そんな私たちと一緒にバスケットをしませんか？中学校でバスケットボールをしていなかったから...と思っている人も大丈夫です。高校からバスケットボールを始めた人も数人います。また、スタメンを勝ち取った先輩たちもいます。少しでもバスケットボールに興味のある方ならどんな人でも大歓迎です。また、マネージャーも募集しています。バスケットボールは好きだけどプレーは...と思っている方も大歓迎です。尚、中学生の皆さんを対象にした練習見学を随時受け付けています。浜頓別高校に受験を考えている方、浜頓別高校バスケットボール部に興味がある方は是非お越しください。



【令和4年度大会結果】

＜高体連名寄支部大会＞5月

【男子】

1回戦 浜頓別48－104 士別翔雲

【令和3年度大会結果】

＜春季名寄支部大会＞4月

【男子】

1回戦 浜頓別91－70 天塩

2回戦 浜頓別53－71 下川商業

＜高体連名寄支部大会＞5月

【男子】

1回戦 浜頓別42－76 下川商業

＜選手権大会稚内地区予選＞

【男子】

1回戦 浜頓別12－154 稚内大谷

3位決定戦 浜頓別55－81 天塩

＜新人戦稚内地区予選＞

【男子】

1回戦 浜頓別40－135 稚内

3位決定戦 浜頓別40－98 天塩

【令和２年度 大会結果】

＜名寄支部メモリアル大会＞８月 【男子】 １回戦 浜頓別３４－１０３下川商業 ５決予備戦 浜頓別５３－９３名寄 ５位決定戦 浜頓別１０４－２５天塩 【女子】※稚内高校として参加 ＜選手権大会稚内地区予選＞ 【男子】 １回戦 浜頓別１２０－６０天塩 決勝戦 浜頓別４４－１６４稚内大谷 【女子】不参加	＜新人戦稚内地区予選＞１２月 【男子】２勝２敗 第３位 リーグ戦① 浜頓別５８－９９稚内 リーグ戦② 浜頓別６８－５９礼文 リーグ戦③ 浜頓別７９－４７天塩 リーグ戦④ 浜頓別５２－１２９稚内大谷 【女子】０勝２敗 第３位 リーグ戦① 枝幸・浜頓別３１－１４８稚内 リーグ戦② 枝幸・浜頓別４５－１１７稚内大谷
--	--

【令和元年度 大会結果】

＜春季名寄支部大会＞ ４月 【男子】１回戦 浜頓別６２－９９士別翔雲 【女子】１回戦 枝幸・浜頓別（合同チーム）４４－１１９稚内 ＜高体連名寄支部大会＞ ５月 【男子】１回戦浜頓別 ６７－１０２ 名寄 【女子】１回戦枝幸・浜頓別（合同チーム）４１－６０名寄産業 ＜選手権大会稚内地区予選＞９月 【男子】 １回戦 浜頓別４３－１５２稚内大谷 ３位決定戦 浜頓別７５－６８天塩 【女子】 １勝１敗 第２位 リーグ戦①稚内大谷・浜頓別（合同チーム）５２－１０９稚内 リーグ戦②稚内大谷・浜頓別（合同チーム）６０－４１枝幸	＜新人戦稚内地区予選＞１２月 【男子】 リーグ戦① 浜頓別 113-40 礼文 リーグ戦② 浜頓別 34-144 稚内大谷 リーグ戦③ 浜頓別 53-98 稚内 リーグ戦④ 浜頓別 85-45 天塩 【女子】不参加 ※チャレンジカップに U15 チームとして参加
--	---

【平成３０年度 大会結果】

＜春季名寄支部大会＞ ４月 【男子】第４位 １回戦 浜頓別 ７１－５７ 稚内 準決勝 浜頓別 ５４－６２ 名寄 ３位決定戦 浜頓別 ７０－９４ 下川商業 【女子】 １回戦 浜頓別 ４７－ ９１ 士別翔雲 ＜高体連名寄支部大会＞ ５月 【男子】第３位 予選トーナメント 浜頓別 ７７－５８ 天塩 決勝リーグ① 浜頓別 ７２－１００ 稚内大谷 決勝リーグ② 浜頓別 ８５－８７ 下川商業 決勝リーグ③ 浜頓別 ６９－９１ 名寄 【女子】 予選トーナメント 浜頓別 ４５－５１ 名寄	＜選手権大会稚内地区予選＞ ９月 【男子】１勝２敗 第３位 リーグ戦① 浜頓別 ４５－１１９ 稚内大谷 リーグ戦② 浜頓別 ９１－４９ 稚内 リーグ戦③ 浜頓別 ５３－６１ 天塩 【女子】２勝１敗 第２位 リーグ戦① 浜頓別 ３４－１１２ 稚内大谷 リーグ戦② 浜頓別 ７６－４９ 枝幸 リーグ戦③ 浜頓別 ５８－４８ 稚内 ＜新人戦稚内地区予選＞１２月 【男子】 第２位 予選トーナメント 浜頓別 ６４－１０９ 稚内大谷 決勝トーナメント① 浜頓別 ７１－７０ 稚内 決勝戦 浜頓別 ５１－１０１ 稚内大谷 【女子】不参加
---	---