

浜頓別高等学校バスケットボール部 2019年2月9日更新

こんにちは！マネージャーの平井です。今回の内容はレバンガ北海道バスケットボールアカデミークリニックの報告と受験を控えた中学3年生にむけてメッセージです！

【レバンガ北海道アカデミーバスケットボールクリニック】

2月2日（土）にレバンガ北海道バスケットボールアカデミーコーチの安宅寛法さんによるクリニックに参加させていただきました。安宅コーチ、浜頓別町バスケット協会のみなさんありがとうございました。

男子 1年生 加藤 隆之助

2月2日に行われたレバンガクリニックに参加しました。クリニックの内容は4対4やカッティング、ドライブの合わせなどをやりました。その他にも練習ではやっていないことをやり、できた練習もあれば出来なかった練習もありました。今後チームで学んだスキルを活かしていきたいです。

春季大会に向けてDF練習では4対4など実践的なことをやっています。いま練習していること、クリニックで学んだことを活かし、全道大会出場できるように頑張ります。

女子 1年生 若山 羅夢

私たちは2月2日に行われたレバンガのコーチによるクリニックに参加しました。

内容は主に4対4でした。DFは激しくすることとヘルプポジションを徹底すること、OFは4対4を通して、ドライブの合わせ方を教わりました。短い時間でしたがありがとうございました！

4月には春季大会があります。それに向けて毎日練習を頑張っています。DF練習に力を入れているので春季大会にしっかり活かしていきたいです。夏に怪我をしてから中々出られ状況が続いていたので、早く取り戻して春季大会に向けて練習を頑張っていきたいです。



【中学生へむけて！】

私たちは、バスケットが好きでバスケットをしています！先輩方の中には高校に入学してバスケットを始めた人もたくさんいます。「初心者だから」「下手だから」「キツそうだから」などでバスケットを諦めるのではなく、やってみないと分からないので、ぜひ入部して下さい！！まずは、バスケットに少しでも興味があったら、ぜひ練習見学・体験入部に来てください！希望の方はご連絡ください！

男子 2年生 国塚 宇宙

僕は、高校からバスケットボールを始めました。最初は、ルールや技術など色々知りませんでした。でも、先生や先輩が丁寧に教えてくれました。それからは、練習で教えてもらった動き方のルールや技術を意識しています。もちろん練習はきついです。でも、チームのみんなと頑張れば自然と体力もついてきてバスケットボールがうまくなると思います。また、学校生活は楽しく勉強を学べて学校祭や体育大会など色々な行事もあります。

浜頓別高校に入学したらぜひバスケットボール部に入部してください。男女で、試合や大会に向けて練習しています。高校から始めても何の問題もありません。僕も高校から始めたのでぜひ入部してください。



浜頓別高等学校バスケットボール部紹介

1 チームメンバー（平成30年12月現在） 選手23人 マネージャー1人（※現在は1、2年生での活動です）

【男子】 合計17人 選手：3年生7人、2年生5人、1年生5人

【女子】 合計6人 選手：3年生4人、2年生1人、1年生1人 マネージャー：1年生 1人

出身 中学校	男子			女子		
	1学年	2学年	3学年	1学年	2学年	3学年
浜頓別	3	3	1	2		2
中頓別	1	2	4		1	1
拓心			2			1
枝幸	1					

2 【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」 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。そのためには、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。だからこそ、試合に出ている、出し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。そういう軸ができることで、練習への取り組み方や試合での振る舞い方、頑張り方が変わってくるはずです。これらのことを意識し、実践するために日々の練習に取り組んでいます。

3 チーム名・チームロゴ MONARCHS「モナークス」(君主)



「名寄支部の王者」・「稚内地区の王者」を目指す。「自分たちのプレーを堂々と表現して欲してほしい」。という想いを込めました。

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）

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。



【平成30年度 大会結果】

<p><春季名寄支部大会> 4月</p> <p>【男子】第4位</p> <p>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</p> <p>【女子】</p> <p>1回戦 浜頓別 47 - 91 士別翔雲</p> <p><高体連名寄支部大会> 5月</p> <p>【男子】第3位</p> <p>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</p> <p>【女子】</p> <p>予選トーナメント 浜頓別 45-51 名寄</p>	<p><選手権大会稚内地区予選> 9月</p> <p>【男子】1勝2敗 第3位</p> <p>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</p> <p>【女子】2勝1敗 第2位</p> <p>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</p> <p><新人戦稚内地区予選> 12月</p> <p>【男子】 第2位</p> <p>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回戦 浜頓別 71-70 稚内 決勝戦 浜頓別 51-101 稚内大谷</p> <p>【女子】不参加</p>
---	--

【平成29年度 大会結果】

<p><春季名寄支部大会></p> <p>【男子】</p> <p>1回戦 浜頓別 56-122 稚内大谷</p> <p>【女子】</p> <p>1回戦 浜頓別 47-56 稚内大谷</p> <p><高体連名寄支部大会></p> <p>【男子】</p> <p>予選トーナメント 浜頓別 57-68 名寄産業</p> <p>【女子】</p> <p>予選トーナメント 浜頓別 56-68 稚内</p> <p><選手権大会稚内地区予選></p> <p>【男子】2勝1敗</p> <p>リーグ戦① 浜頓別 72-135 稚内大谷 リーグ戦② 浜頓別 95-79 天塩 リーグ戦③ 浜頓別 67-52 稚内</p>	<p>【女子】2勝1敗</p> <p>リーグ戦① 浜頓別 71-61 稚内 リーグ戦② 浜頓別 33-83 稚内大谷 リーグ戦③ 浜頓別 61-20 枝幸</p> <p><新人戦稚内地区予選></p> <p>【男子】2勝</p> <p>リーグ戦① 浜頓別 103-38 天塩 リーグ戦② 浜頓別 92-37 利尻・礼文 決勝トーナメント 浜頓別 74-47 稚内 決勝 浜頓別 58-108 稚内大谷</p> <p>【女子】2勝1敗</p> <p>リーグ戦① 浜頓別 37-85 稚内大谷 リーグ戦② 浜頓別 32-61 稚内</p>
---	---