

室蘭地区の発展を願って！ Report

北海道選抜合宿を終えて

室蘭市立桜蘭中学校
2年 津田和輝

僕は、10月6, 7, 8日、三日間かけ秩父別で行われた北海道選抜の合宿に参加させていただきました。僕は、地区の新人戦があり、遅れて到着しましたが、練習会場に着いたとき体育館から大きい声が聞こえて、「これが北海道選抜か」と思いました。練習に参加すると誰もがラインのぎりぎりまで行き、どの練習をやっているか、一歩でもほかの人よりも多くやろうという練習に取り組む姿勢がすごく感じとられました。生活面でも、つぎつぎと進むスケジュールの中で予定通り進むことができました。その理由は、行動が速いことです。集合がかかったら、3秒以内には必ず全員集まっています。

合宿では、全国で通用するプレーを教えてくださいました。一番強くすごいと思ったことは、スリーポイントの打ちづらいことです。ボールを受けてからすぐに打たないとディフェンスが来ているので、打てないです。そこで大事だと言われたことは、ミートです。ミートをしっかりして、すぐにシュートを打てるようにすることでした。でもなかなか入らずに苦戦しました。しかし、入れている人もいたので、今後は入れるように練習をしようと思いました。

ゾーンプレスとゾーンの練習もしました。ゾーンプレスでは一戦目をやりました。一戦目はロングパスをやられないように、ディフェンスにしっかりつき、ものすごいプレッシャーをかけると教えていただきこれが成功するとうまく

いく確率が高かったとぼくは思いました。ゾーンではセンターの動きを常に確認し、もしパスが入った時は、ダブルチームで当たりセンターからのプレーを防ぐことが大切だとわかりました。

この他に、2対1になったときは自分で行くこと、ノーマークのシュートは必ず入れること、声の重要さ等沢山のことを学びました。そして先生方からは、たくさんのアドバイスを頂いているので、それを生かして今後の練習そして試合などにも、使えるほどのレベルに上げ、自分のレベルをあげられるように頑張ります。

今回の合宿で学んだ声の大切さ、行動、礼儀など少しでも自分のチームに伝え北海道選抜みたいな練習を実現したいです。こうした生活面でも良いと言われるというチームになりたいです。

この合宿について、指導して下さった合宿の先生方、また推薦をしていただいた地区の先生方、練習会場まで送迎して頂いた方々。本当にありがとうございました。