

## 男子バスケットボール部 8月の活動

8月も4人で元気に活動していますが、習い事や暑さによる体調不良などが重なって、4人全員がそろわない日もあります。

しかし、ひとりひとりの体力・技術レベルに合わせた練習を行い、1歩1歩着実に成長しています。

### 夏休みの練習

8月7日～16日、短いながら夏休みとなりました。暑いので、体力系の練習はさけて、いろいろな運動をして体の動かし方を練習しました。



なわとびでウォーミングアップ



フラフープをやってみた



楽しみながら身のこなし方を高められるよう、マット運動なども行いました。

練習後はプールでクールダウンをしました。今年度はコロナウイルスの影響でプールの授業がないので、部員たちは初めてのプールに少々ドキドキしながらも楽しむことができました。

毎回プールに入ることはできませんが、夏休みの練習の思い出となりました。

### テスト勉強

8月27日(木)、28日(金)の2日間、第2回一斉試験が行われました。試験前は部活が休みなので、放課後残って試験に向けて勉強をしました。

問題を出しあったり、クロームブックを使って練習問題を解いたりしました。事前に努力するのはバスケットも勉強も同じです。お互い協力しあい、刺激しあっていけたらいいですね。

