



## 札幌静修高校女子バスケットボール部 STAGS

## スローガン ONE SPIRIT ONE FOCUS 心を一つに

### 活動方針

札幌静修女子バスケットボール部はかつて北海道を代表する強豪として知られた伝統のある部であります。現在は「古豪復活」を目指し、ゼロからスタートして少しずつステップアップしているチームです。学校の強化指定クラブではありませんが、ありがたいことに静修でバスケットを続ける志を持った部員が増え始めています。経験の浅い部員も多く、目標に向かって全員で一致団結して活動をしていることも我が部が大切にしているところです。失敗を成長の糧とし、本気で部活動に打ち込むことで、バスケットボールを通じて技術・体力は勿論のこと、総合的な人間力の向上を目指しています。



### 概要

部員数	15名 (3年：4名、2年：6名、1年：5名)
活動日	週6日(金曜は休養日) 土日は主に半日練習で、大会や練習試合なども入ります。
活動場所	主な活動場所は本校体育館。その他で廊下(トレーニングやアップ)、豊平川河川敷、中島公園、教室(ミーティング)など。
顧問	2名
部費	月300円徴収
その他費用	Tシャツ、ウィンドブレイカーなどのウェア類、合宿費他。

### 顧問紹介



監督・顧問 **渡辺 卓** (保健体育科)  
小樽潮陵高等学校卒  
日本体育大学 体育学部健康学科  
日本体育大学大学院体育科学研究科  
日本体育大学健康管理学研究室助手  
札幌静修高等学校教諭



副顧問 **相馬 史歩** (数学科)

コーチ **渡邊 実**



### 顧問と選手の信頼関係

顧問はバスケットを専門とし、親身に、情熱を持って部員をサポートします。「成長したい」という気持ちを持つ選手と、お互いに必要とし合って頑張りたいです！

### 現部員の出身中学校

北白石中学校、陵陽中学校、星置中学校、もみじ台中学校、江別中央中学校、平岸中学校、中の島中学校、西岡中学校、発寒中学校、西野中学校、美香保中学校、陵北中学校、啓明中学校、札苗中学校



### 札幌静修高校女子バスケットボール部の特徴

#### 静修一丸！



私たちは単に相手を打ち負かす勝敗による強さだけを求めるのではなく、普段の生活を第一とし、チーム一丸となって**目標**へ向かうプロセス(過程)を大切にします。**“明るくエネルギー”**が静修のバスケです！

#### 高校生らしさを大切に部活動



高校生のバスケットボールは普段の生活が非常にゲームに反映されます。「感動」「感謝」「一体感」の3つの感で「三感王」を目指し、応援してもらえるチームを目指します！

#### 高校バスケットを主役で



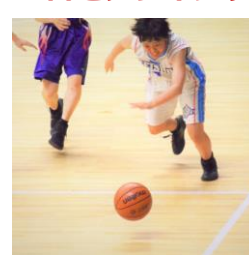
1学年5~6人と人数は多くありませんが、その分、一人一人に対してより深く関わって指導に踏み込むことができます。出来上がったチームに自分が入るよりも、**自分が主役となってチームと共に成長(進化)**していく方が面白い！土日には**練習試合**を多く組んでたくさん経験値を積みまます。

#### チームビルディング



「個」と「組織力」の強化  
① **個**を鍛えながら、その個をつなげて**組織力**を強化します。  
② 個を伸ばすことが「**育成**」となり、それらを一つの塊にすることでチームの「**強化**」へつなげます。

#### 一日をデザインする



**GBT(Get Better Time)**  
「昨日の自分より上手くなったと実感する」時間は皆平等です。自分自身の成長や上達の為に、自ら**タイムマネジメント**(時間管理)をする習慣が大切です。自主練習の時間、隙間時間をどう使うかなど**一日をデザイン**して行動します。

#### 2020年度の戦績

札幌地区U18交流大会  
静修○74-27 ●開成  
静修△52-52 △清田

#### 札幌地区選手権大会 (札幌市Best20)

静修○78-55 ●札幌北  
静修○84-42 ●千歳  
静修●48-83 ○北海



静修女子バスケ部は明るくエネルギーあるチームです☆一緒に高校バスケを思いっきり楽しみましょう！仲間を**大募集**しています