

地区新人戦 バレーノートで勝ちにいけ!

成長・貢献・感謝

羽地中学校
学校だより147号
R1. 12. 11



強烈サーブで崩せ

●改善策 手にあたるボールの音をしっかりと聞いてサーブをする。普段から何事も積極的に参加していく。体の方向を意識してスパイクを打つ。レシーブは、体を低くして構えると、アウトボールに触らないメリットがあるので、低くして構える。
◎良かった点 コートの奥にサーブを入れた。ブロックポイントかせいだ。トスをしっかりと上げるこ
とができた。
No. 6 U・K さん



相手レシーブの弱いところを徹底して狙え

11月30日(土)、12月1日(日)の両日、名護21世紀の森体育館及び屋部中学校で第46回国頭地区新人バレーボール大会が開催され、女子バレー部が出場しました。
対戦結果は、一回戦、久志中さんと2セット連取で勝ち上がり、二回戦の名護中さんとは1-2で惜敗、ブロック2位で第三試合へ進み、金武中さんに2-1で勝利し、翌日に駒を進めた。
翌日の第一試合は今帰仁中さん。1-2セットで粘った末に惜敗し、ゲームセットとなりました。
徐々に力をつけてきているバレー部の秘密を探るべく、監督に伺ってみると、バレーノートというものがあられるらしい。練習試合や大会ごとにゲームを振り返り、自分の言葉で記録、練習に活かしているとのこと。ノートの一部を紹介しよう。



奥から勢いをつけて、かぶせて叩き込め

●チームの課題 MR、MS、MKが少なくても、ラリーで落とす点を取ることにできなかった。サインを出せなかった。スパイカーはいつも準備して、すぐ打てるようにする。絶対に見て落とすのは止め、自分から取りに行く。
◎自分の良かったところ 名護中戦で1セット目にサーブで差をつけることができたこと。優秀選手賞を取れたこと。次の大会は、優勝する。
No. 1 O・Y さん



あいさつが良いバレー部。球魂闘志が懐かしい。



自分が決める強い闘志で



全身のパネを手のひらに込めて

●今回の反省 一人一人が個人の打ち方で得点をゲット。サーブミスが少なかった。スパイクやフェイントは、トスとのタイミングが合っていないかった。
人任せにせず、自分からボールを取りに行く。サーブレシーブは構えの準備をしておく、ネットに近いサーブは一歩前に出る、などのプレーでミスを防ぐ。
No. 12 M・K さん

●改善点 歩数をしっかりと確認し、安定したサーブを打つ。サイドアウトにならないように手のひらを残す。ネットにならないよう長く打つ。後衛の時でもコースを狙って強く打つ。レシーブはあたるところを見る。合図をして取りに行く。今大会で自分の課題を見つけた。練習で克服したい。次の県新人でも頑張る。
No. 5 T・S さん