

# 不撓不屈

京都府立洛北高校硬式野球部

発行 MG；勝矢、斎藤、横田

## 野球部topic 1

## 冬季練習を終えて

洛北高校硬式野球部では全体の練習の中に必ず『課題練習』というメニューがあります。時間は様々で50分間の日もあれば、5分間のみの日もあります。課題練習では、各々が自分に必要な練習を考え、長所を伸ばす練習や苦手克服の練習をしています。また昨シーズンの試合での反省点などを踏まえて、「やりたい練習」ではなく、「やらなければならない練習」を意識して練習に取り組んできました。



- ① バント練習→キャッチボールにも共通することですが、ボールと目線の間に道具（バントであればバット、キャッチボールであればグローブ）を入れ目線、バット、ボールを一直線にして、ボールの勢いを殺すことを意識しています。
- ② 外野ノック→捕球してすぐ右足をつくことを速投の体制を整えることを意識しています。
- ③ 外野からの送球の捕球練習→ボールを持たない捕手が立てない範囲に入らないこととベース前で足を広くして奥行きを使うことを意識しています。

## 野球部topic 2



## 四校対抗戦

3月9日、10日に四校対抗戦があり、今年は5年ぶりに開会式も行われました。この冬四校対抗戦で1位になることを意識して練習に取り組んできました。結果は3試合中1勝2敗でした。送球ミスや、捕球ミスなどが目立ち技術面での現状を確認することができました。また、最後まで粘り強く戦うことの大切さを再確認できました。

## 野球部topic 3

## ご卒業おめでとうございます



3月1日に卒業式が行われ、9人の先輩方が卒業されました。今までありがとうございました。これからもそれぞれの新しい道を目指して頑張ってください！野球部一同応援しています。

また4年間洛北高校硬式野球部でコーチとして技術指導等をしていただいた阪本幹太先生が離任されることになりました。とてもたくさんの方を教えてください、特に走塁は今の洛北の強みにもなっています。これからも教わったことを無駄にせず、今後に繋げて行きます！今まで本当にありがとうございました。

## 野球部topic4

### 春季大会の相手が決まりました

2月18日に春季大会京都府予選の抽選会が行われました。初戦は4月20日(土)に三室戸グラウンドにてvs. 京都明德高校(12:30 試合開始予定)です。応援よろしくお願ひします!

