

バドミントン部

バドミントン部は男女合わせて40人もいる人気のある部活です。

そんなバドミントン部をのぞいてみました！！

どんな練習をしているの？

冬休み中の練習の様子です。左が女子、右が男子です。2人が打ち合い、もう1人が審判をしていました（女子）。練習するペアは定期的に変えていました（男子）。距離や球のスピードを変えるなどの工夫をしているペアもありました。打ち合う練習だけでなく、三分間



走などの持久力をつける準備運動や筋トレ、素振りもしているそうです。

バドミントンをしていてよかったことは？

バドミントン部の部長さんにインタビューしました！！

男子…バドミントン部に入ってから、友達がたくさんできました。また、運動能力が上がりました。

女子…バドミントンは、瞬発力・筋持久力がつくスポーツだと思います。体力テストで特に“反復横跳び”の成績が上がりました。

取得するのに時間がかかったもの、これから上達

していききたいことは？（男子部長さん、副部長さんにインタビュー）

取得するのに時間がかかった技は、（ジャンピング）スマッシュだそうです。

スマッシュとは高い位置から相手のコートに突き刺すように打ち込む、バドミントンの打ち方の中で最も攻撃的な技だそうです。跳ぶタイミングが合わなかったり、羽が強く打てなかったり、変な方向に飛んでいたりして難しいそうです。

チームで決めていることは？

~Enjoy~（楽しむ）

古川先生は「楽しみすぎや(^▽^)/」と言っています。バドミントン部の人気の一番の理由は楽しいことなのだろうと思いました。