

北海道鵠川高等学校 硬式野球部

令和5年度 第12号
部長 西館康也

怪我をしない身体づくり

1月に入ってからいつもお世話になっている町民体育館で、週に一度ストレッチを教えてもらいに行っています。トレーニングの強度もどんどん上がってきたということもあり、非常に有難いです。



スイングスピード測定

スイングのスピードを計測しました。またバットの出方や角度も実際の映像や3D映像で見ることで自分たちの課題を再確認。選手も熱心に自分のスイングと向き合っていました。



雪かき悪戦苦闘？

道外出身の宮谷君(写真左)。初めての北海道での生活で毎日雪かきの日々。これも良い経験かな？



進路体験報告会

3年生の進路体験報告会。野球部に限らず、鵠川高校生の作る資料はすごいです。日々ICTを活用している賜物。



むかわ学1・2年 中間報告会

むかわ町四季の館にて各々取り組んでいる探究活動の報告会を行いました。堂々と報告・質疑応答をし合っていました。

獣害班

パークール班

むーヴ班

3年生うま娘班 町・企業と連携をし、完成させたパネルの報告会!!! ↓

