

「バレーボール」 期末テスト対策ポイントまとめ

バレーボールの基本情報

バレーボールの歴史

バレーボールは、いつ誰が考えたのか？

バレーボールは 1895 年にアメリカの体育指導者 W・G モルガンが新しく考えたゲーム。

テニスヒントになっていて、「ボールをノーバウンドで打ち返す」ところがテニスとは違うゲームなので、「バレーボール (volley ball) 」と呼ばれたよ。

「volley (ボレー) 」とは、「ボールをノーバウンドで打ち返す」という意味なんだ。

バレーボールは日本語ではなんと呼ぶのか？

日本語では、「排球 (はいきゅう) 」と呼ばれるよ！！

自分の陣地にボールが落ちてしまったら点が取られてしまうゲームだから、「自分の陣地からボールを排除する」とか、「ボールを手で自分の陣地から弾き出す」という意味合いで「排」の字が使われるようになったと言われているよ。

バレーボールをもとにした新しいスポーツは？

ビーチバレーは、バレーボールを元にしたスポーツ。

1 チーム 2 人になって、砂浜で行われるのが特徴。

ソフトバレーボールは、バレーボールのボールをもっと柔らかくしたゲーム。



バレーボールの基本用語

サービス

プレイを開始する方法。相手のコートにボールを打ち入れること。

レシーブ

サービスやスパイクなどで、相手側から打ち込まれたボールを受けること。

トス

自分のチームのアタッカー（スパイクをする人）に、スパイク（攻撃）をしやすいボールを上げること。主にセッター役の人が中心でトスをする。

スパイク

ジャンプをして相手のコートにボールを強く打ち込む攻撃。

ブロック

相手チームがボールを打ち込んでくるのを、ジャンプしてネットの上で止めること。

ラリー

ボールを落とすことなく、お互いのチームがボールを打ち交わすこと。

三段攻撃

パス（レシーブ）から、トスへと続き、3打目にスパイクなどで相手側へ攻撃すること。



リベロプレイヤー

守備専門のプレイヤーのこと。

「バレーボール」テスト対策ルールについて

公式ルール（6人制）

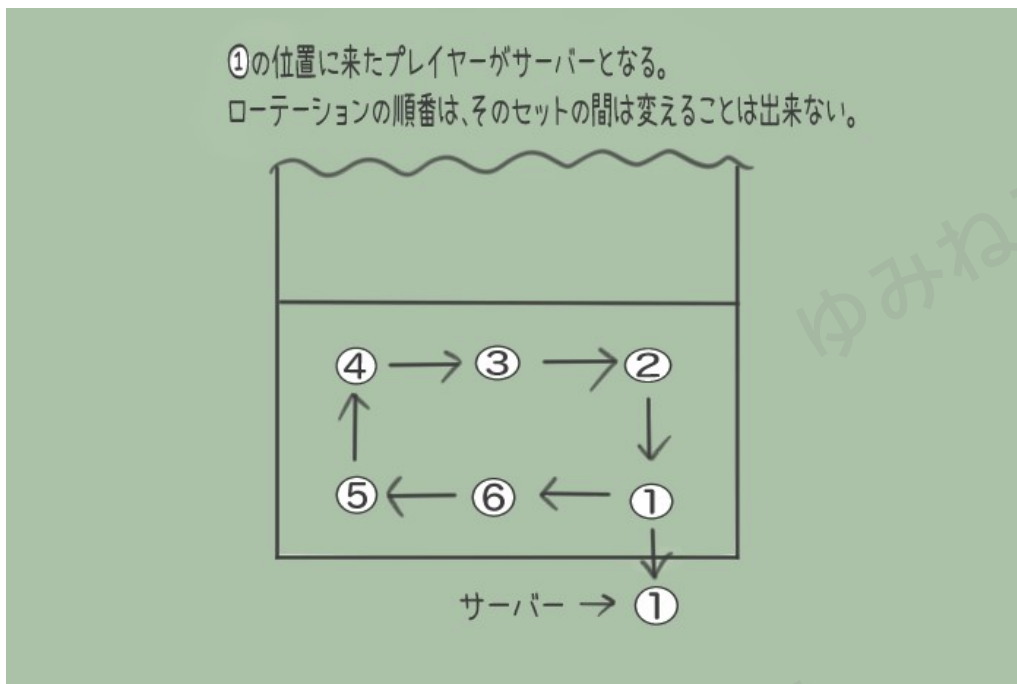
チーム

1チームのプレイヤーは6人。
交代プレイヤーは6人まで。
リベロプレイヤーの登録は2人まで。

ローテーション

新たにサービスする権利を得たとき、各プレイヤーは時計回りにポジションを1つずつ移動しなければいけない。

順番を間違えたときは、後で説明する反則「サービスフォルト」になるよ！



得点

ラリーに勝つ（相手チームのコートにボールが落ちたり、相手側が打ち込んだボールがアウトになったりすること）、相手チームが反則をした場合に1点を得点する。

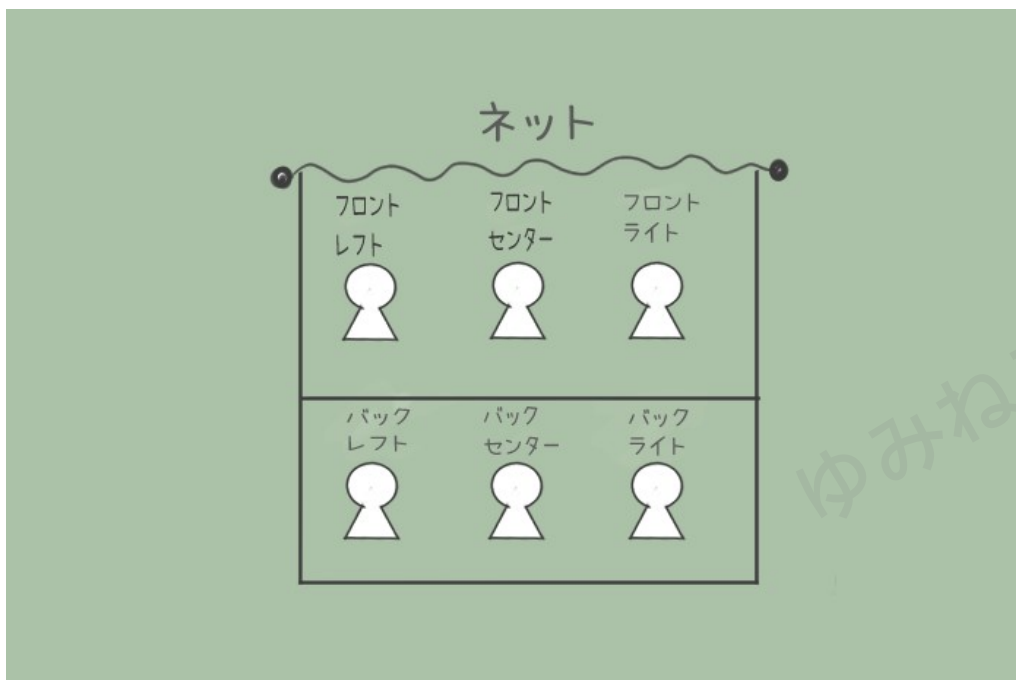
勝敗

各セットは、相手チームに対して2点以上の差をつけたうえで先に25点を得点したチームの勝ちになる。

なので、例えば24点对24点になった場合は、片方のチームが2点リードするまでゲームが続けられる。

バレーボールのポジション名

ポジションは「フロントレフト（左前）」・「フロントセンター（前方真ん中）」・「フロントライト（右前）」・「バックレフト（左後ろ）」・「バックセンター（後方真ん中）」・「バックライト（右後ろ）」の6つ。



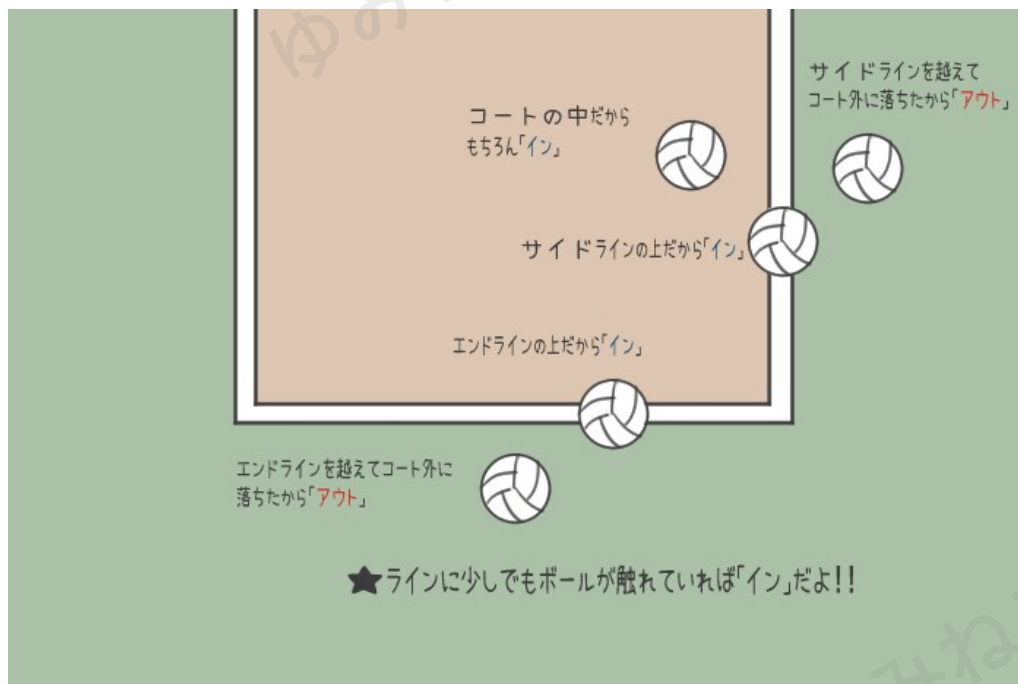
ボールインとボールアウト

相手コートへボールを打ち込んだときに、下の7つは「ボールアウト」となる。

1. アンテナにボールが触れる
2. アンテナの外をボールが通る
3. ボールがサイドバンドの外側のネットに触れる
4. ボールが支柱に触れる
5. ボールがネットの下を通る
6. コート外の床にボールが触れる
7. コート外のものにボールが触れる

ライン付近のインとアウトについて

ラインに、少しでもボールが触れていれば「ボールイン」となる。



「バレーボール」テスト対策技の名前について

オーバーハンドパス

主に高い位置にきたボールをパスするときに使われる。

アンダーハンドパス

主に低い位置にきたボールをパスするときに使われる。

アンダーハンドサービス

相手コートにボールを打ち入れてプレイを始めるときに使われる。

オープントスのスパイク

相手コートに強いボールを打ち込んで得点するために使われる。

「バレーボール」テスト対策反則について

サービスに関する反則

サービスフォルト

サービスしたボールが「ボールアウト」になること。

他にもネットを越す前に味方プレイヤーの身体にボールが触れたり、審判がサービス開始の笛を吹いた後8秒以内にサービスしなかったとき、サービスするためにボールをトスしたあと、打たなかったとき。

サービスの順番を間違えたとき。



フットフォールト

サービスの時に、エンドラインを踏んだり、踏み越したとき。
サービスの時に、サービスラインや、サイドラインの仮想延長線を踏み越した時。
こっちは「踏むだけ」は大丈夫なのがポイント！
サービスを打ったあとは、どこに着地してもOKなので注意！

ポジショナルフォールト

サービスをするとき、他の味方プレイヤーが自分のポジションとして正しい位置にいない時。（前と後ろが入れ替わっていたり、右と左が入れ替わっていたり・・・ということ）

パスに関する反則

キャッチ

つまり、ボールをキャッチしてしまうこと。
ボールを手のひらで受け止めて明らかに静止させてしまったり、レシーブの時に手のひらでボールを持ち上げるなど、明瞭（ハッキリとわかりやすく）に打たないこと。

ダブルコンタクト

ひとりのプレイヤーが明らかに、連続して2回ボールにタッチしたり、ボールが体の2ヶ所以上に触れること。※細かい例外があるけれど、定期テスト対策として細かすぎるので、省略するよ。

フォアヒット

片方のチームが、ボールを相手コートに返すまでに、4回ボールに触れること。
ブロックは1回と数えないので注意！※これも細かい例外があるけれど、省略するよ。



ネットプレイに関する反則

タッチネット

ボールをプレイする動作（踏み切りして、ボールをヒットして、着地するまで）中に両アンテナの間のネットや、白帯、白帯より上のアンテナに触れること。

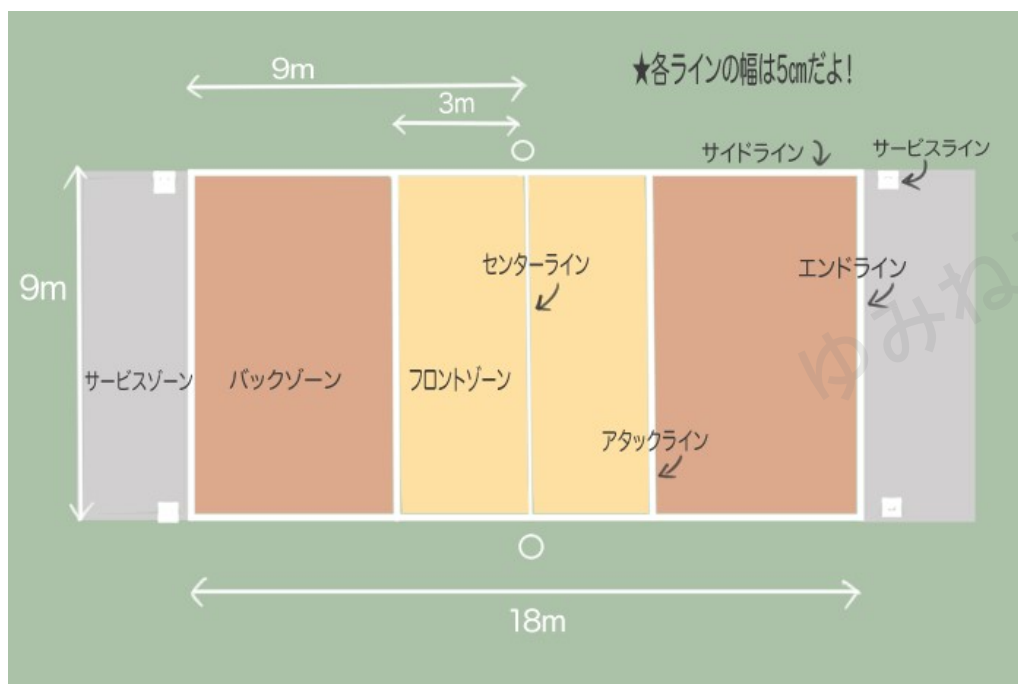
オーバーネット

相手コート上にあるボールに、ネットを越えて触れたとき。ブロックはOK。

「バレーボール」テスト対策球技場について

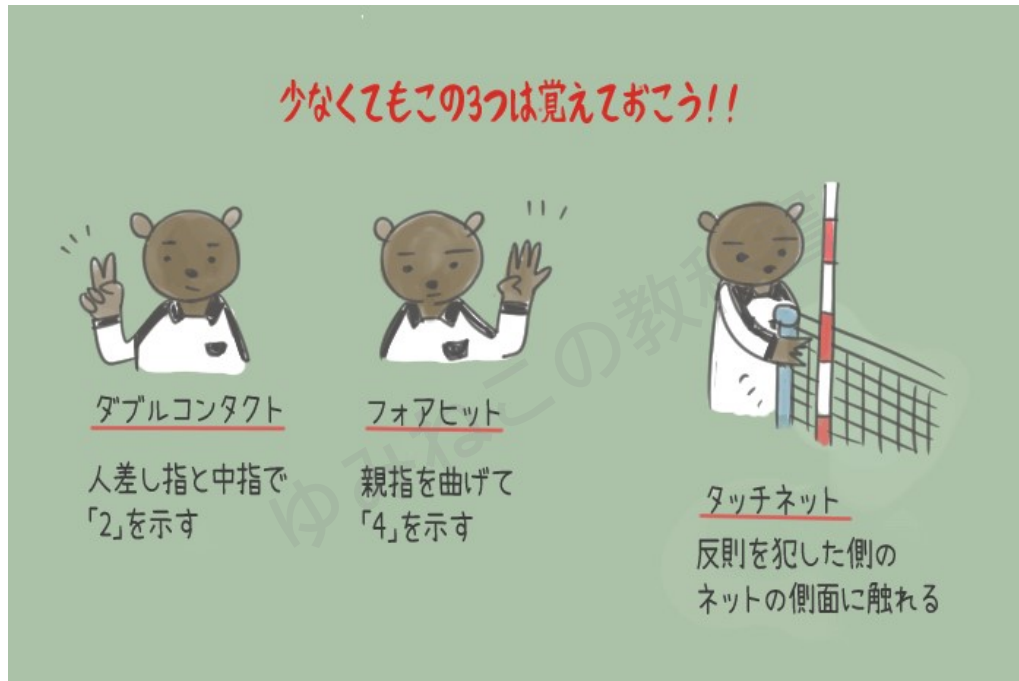
ゾーンの名称と、ラインの長さについて

バレーボールの競技場には、各ゾーンに名前がついているので覚えよう。
また、ラインの長さもテストに出ることがあるので、これもしっかり覚えておこう！



「バレーボール」テスト対策審判の合図について

審判の合図はたくさんあるけれど、テストに出る可能性が高いものを紹介するので、しっかり覚えておこう！



「バレーボール」テスト対策まとめ

まとめ

- 1895年に、アメリカのW・Gモルガンによって考案された
- ボールをノーバウンドで打ち返す「volley」が名前のもとになっている
日本語では「排球」と呼ぶ
- ビーチバレー・ソフトバレーボールはバレーボールが元になった新しいスポーツ
- 基本用語、技の名前、ポジションの名前、反則の名前などは全て覚えよう！
- ボールアウトになるかどうか、フットフォールになるかどうかの条件をしっかりと覚えよう！
- 球技場のゾーンの名前、ラインの長さなどを覚えよう！
- 審判の合図を覚えよう！

