

フォーメーション例

(ライト対角にセッターが入る場合)

基本ルール

サーバーによってボールが打たれた瞬間に、それぞれのチームは、各自のコート内でローテーション・オーダーに従って位置していなければならない。(サーバーを除く。)

競技者の位置は、次のようにコート面に接している両足の位置によって決定され、コントロールされる。

(1) それぞれのフロント競技者の片方の足の少なくとも一部は、それぞれに対応するバックの競技者の両足よりも、センター・ライン寄りに位置していなければならない。

(2) ライト (レフト) に位置するそれぞれの競技者の片方の足の少なくとも一部は、同じラインのセンターの競技者の両足よりも、ライト (レフト) のサイド・ライン寄りに位置していなければならない。(サーバーを除く。)

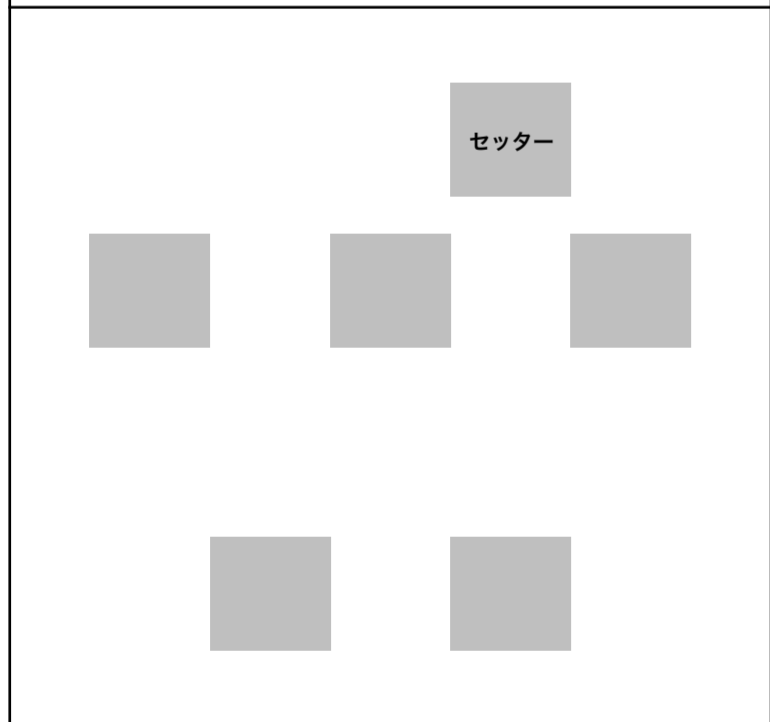
基本的に下記の2つのルールを守っていればOKです。

- ・隣の人を超えたポジションは×
- ・前衛、後衛の人を超えたポジションは×

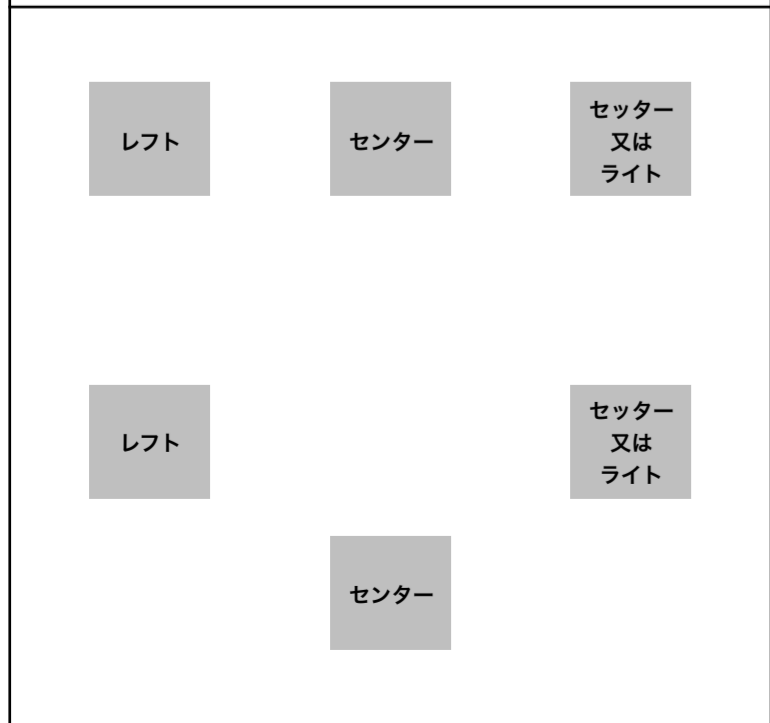
縦の関係は、フロントレフトとバックレフト、フロントミドルとバックミドル、フロントライトとバックライトの間にしか関係がありません。

横の関係は、前衛同士、後衛同士にしかありません。

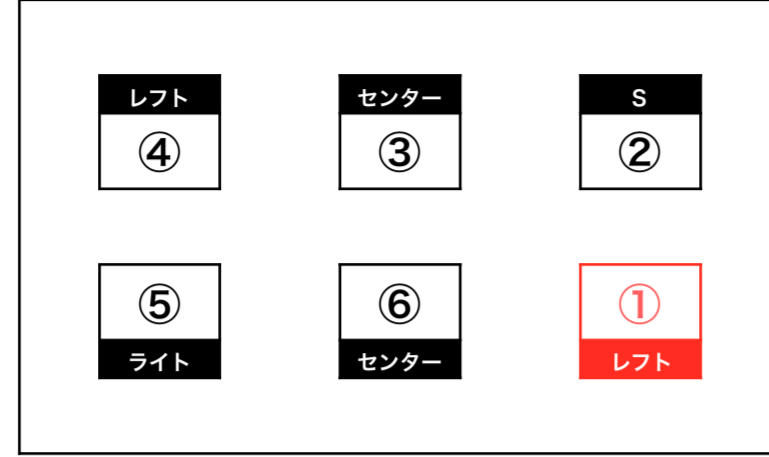
サーブレシーブのフォーメーション



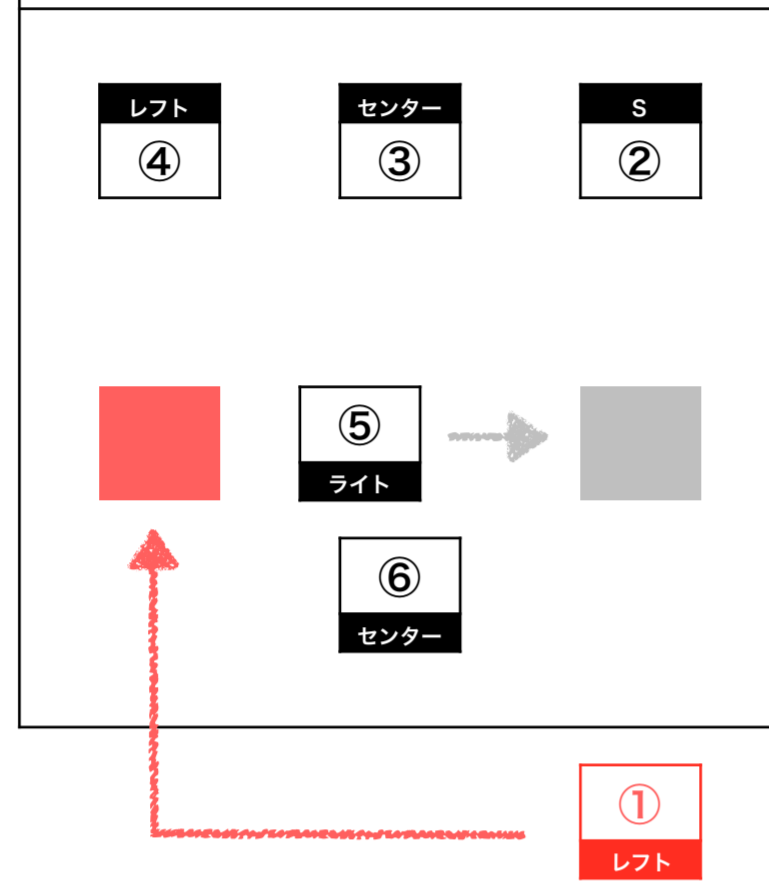
基本のフォーメーション



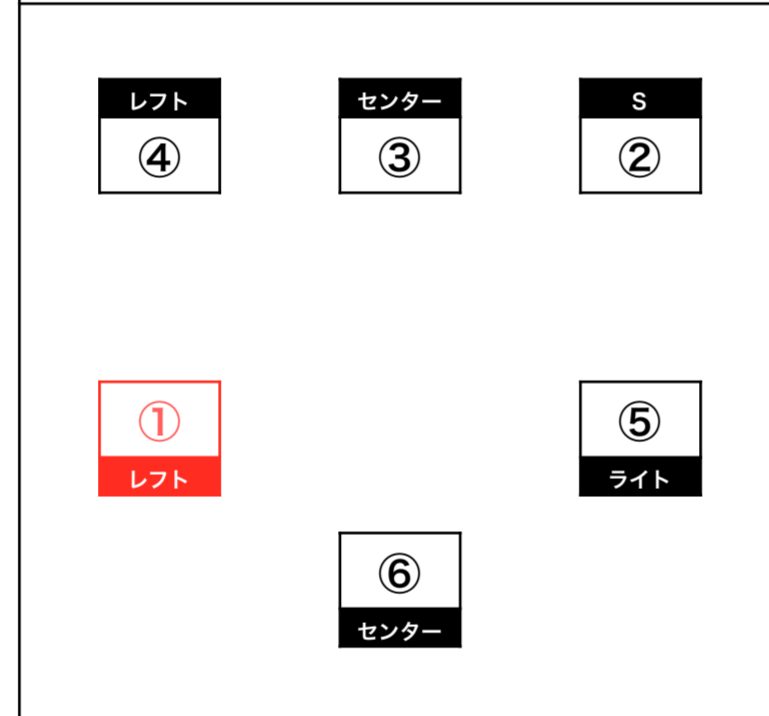
ローテーション ①



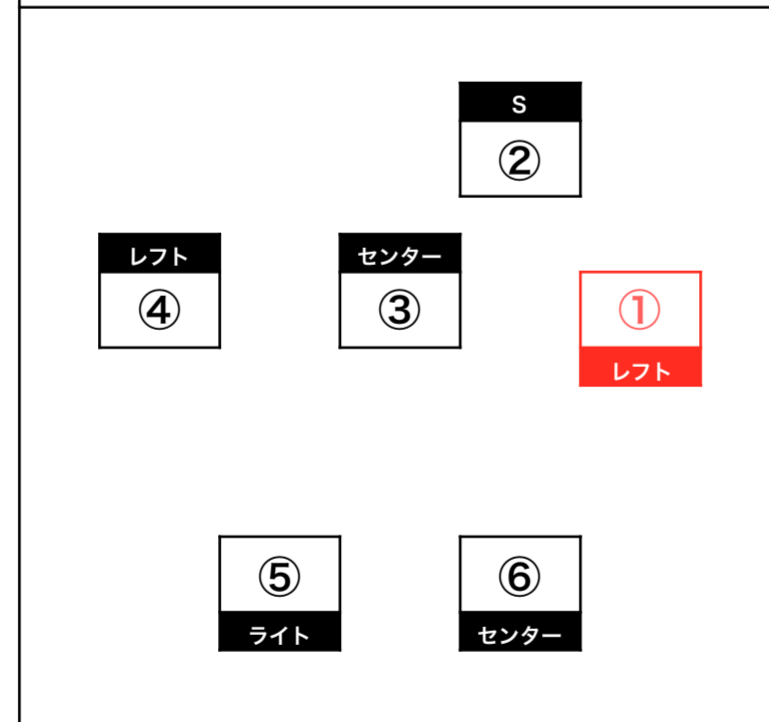
i 自チームのサーブ直前



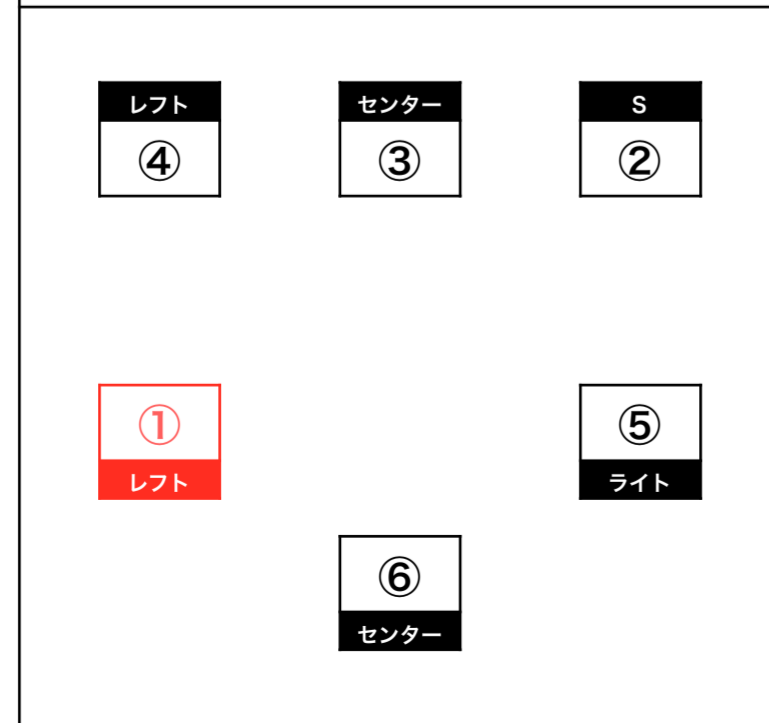
ii 自チームのサーブ直後



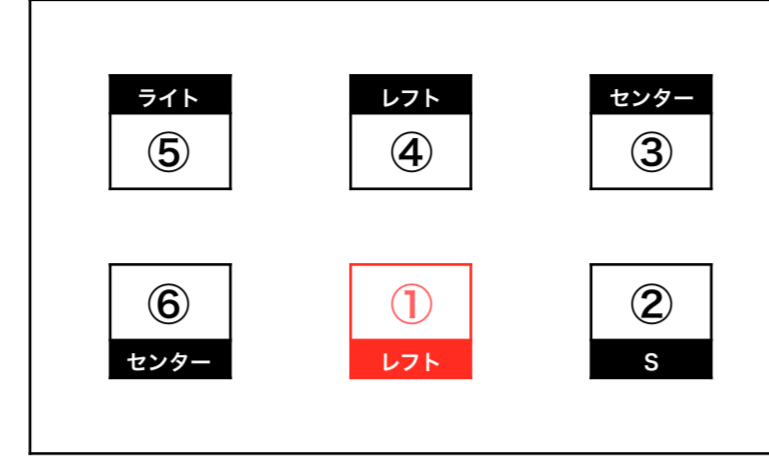
iii 相手チームのサーブ (サーブレシーブ)



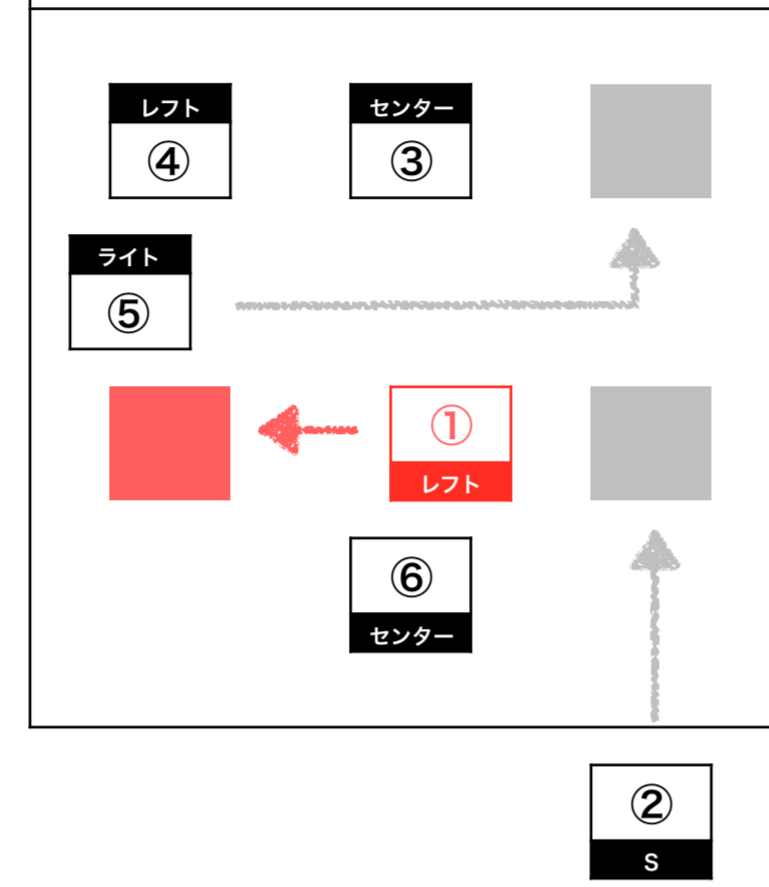
iv 相手コートに返球後



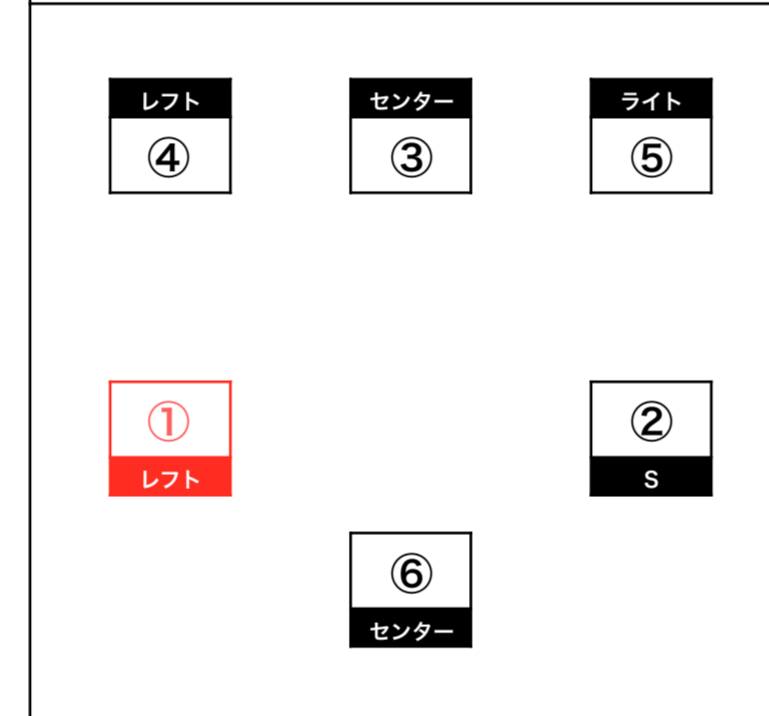
ローテーション ②



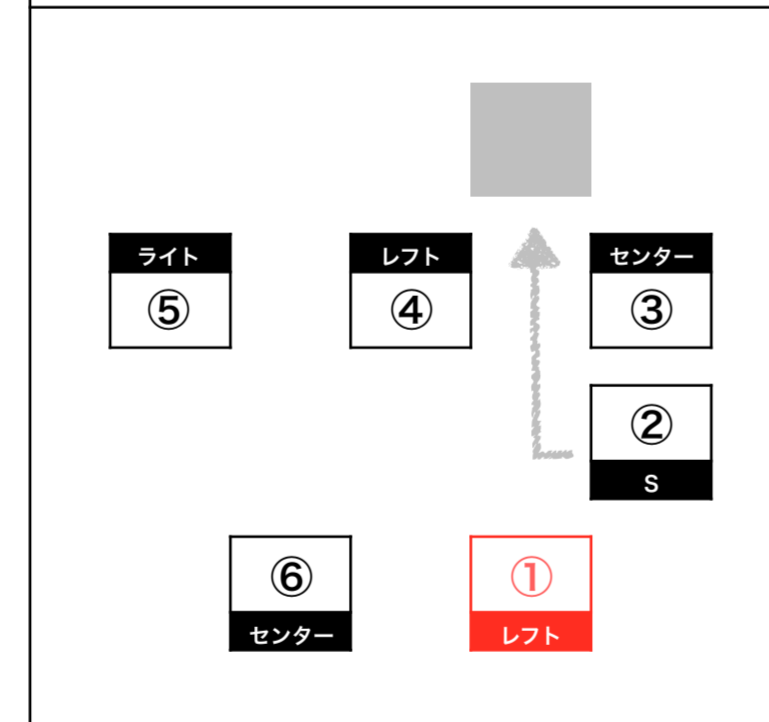
i 自チームのサーブ直前



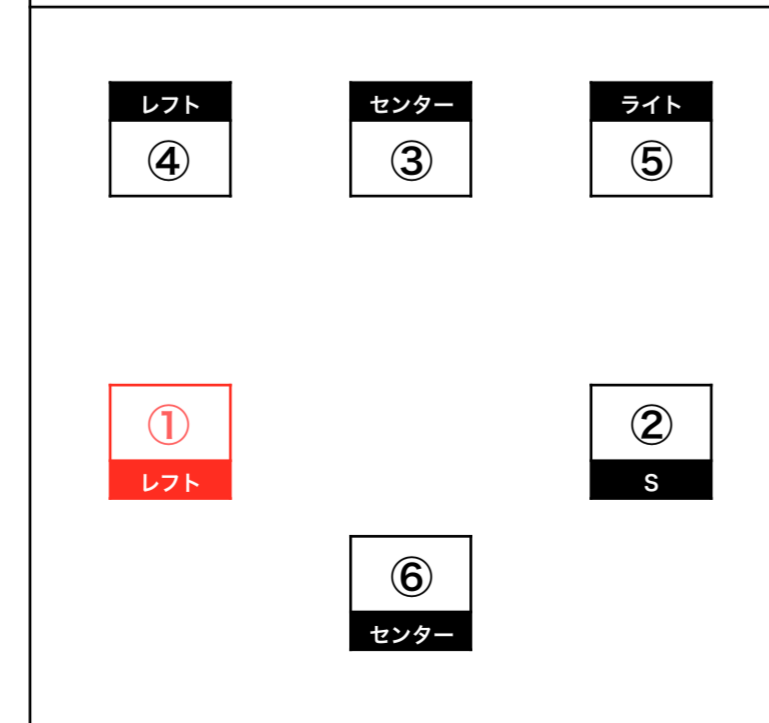
ii 自チームのサーブ直後



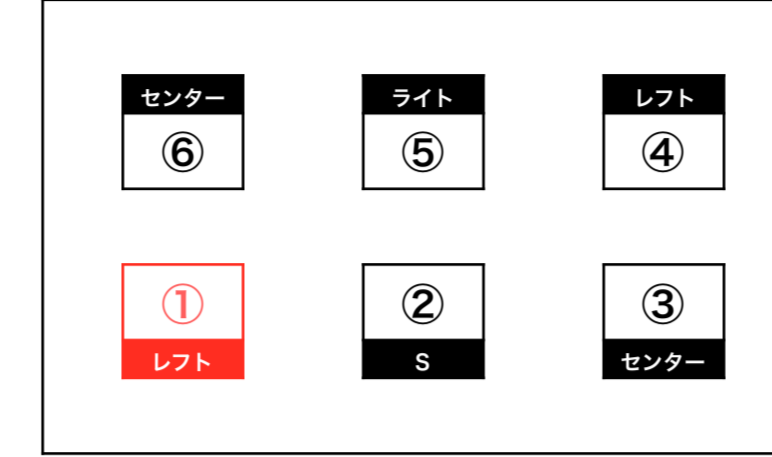
iii 相手チームのサーブ (サーブレシーブ)



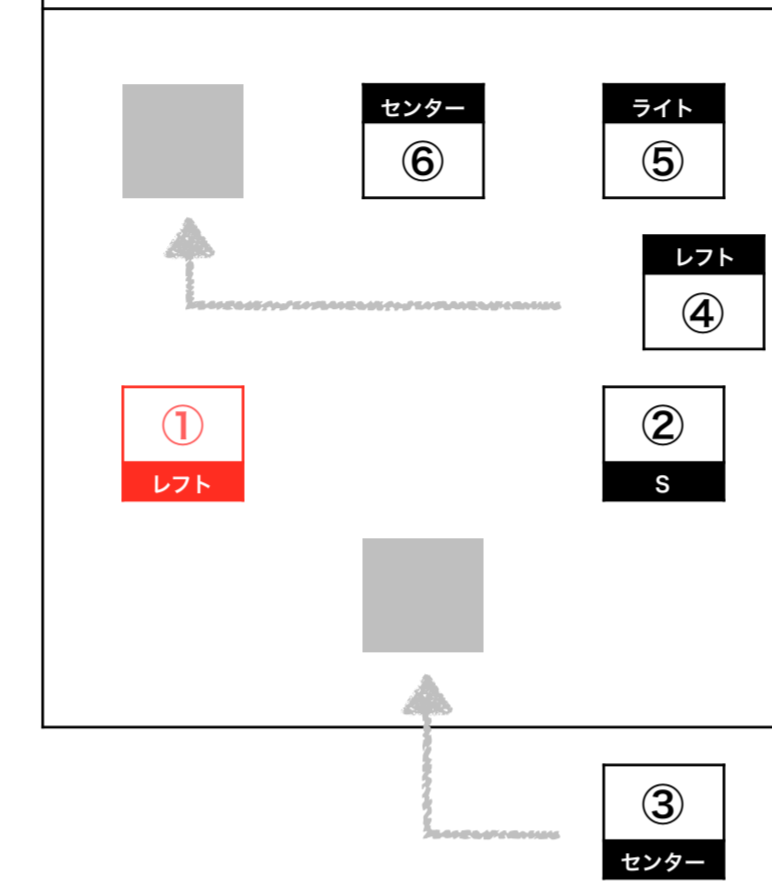
iv 相手コートに返球後



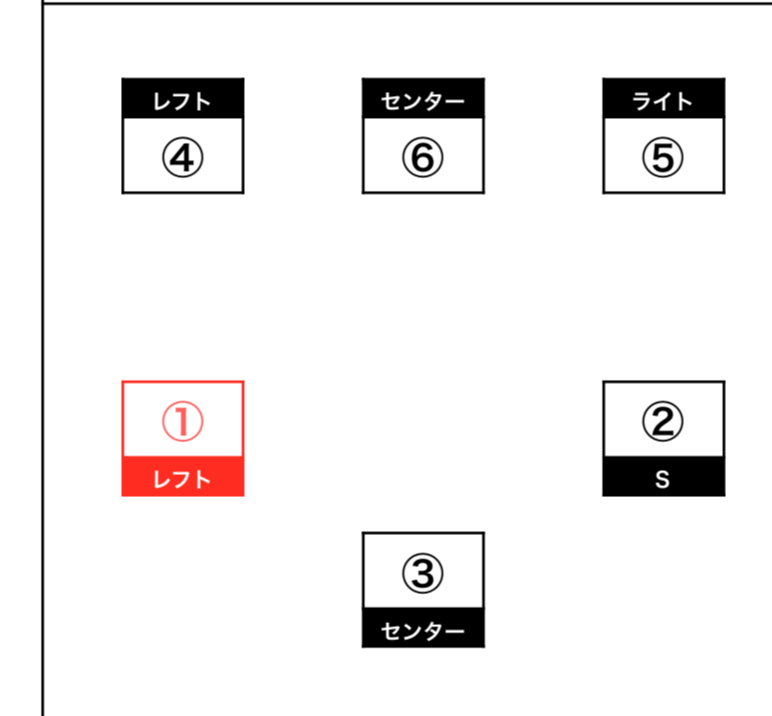
ローテーション ③



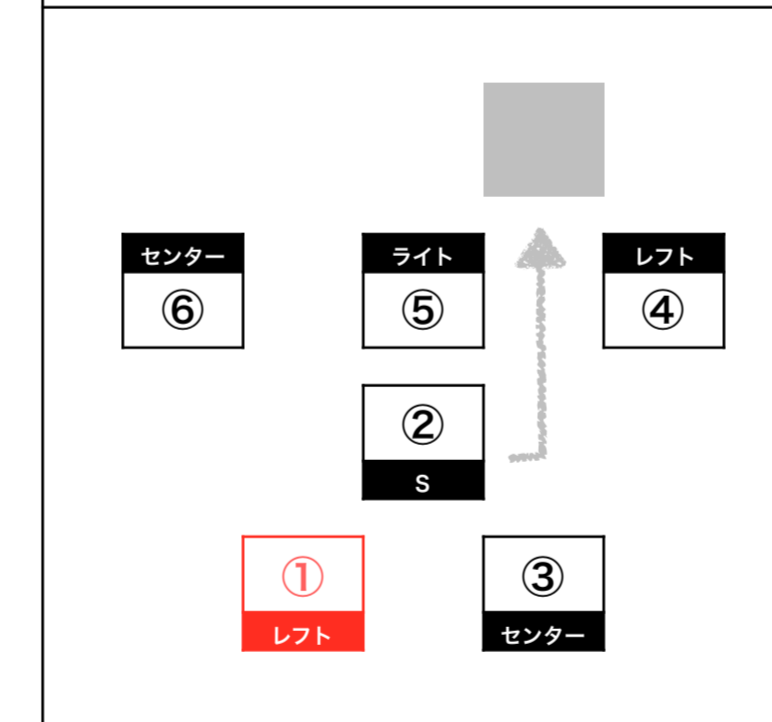
i 自チームのサーブ直前



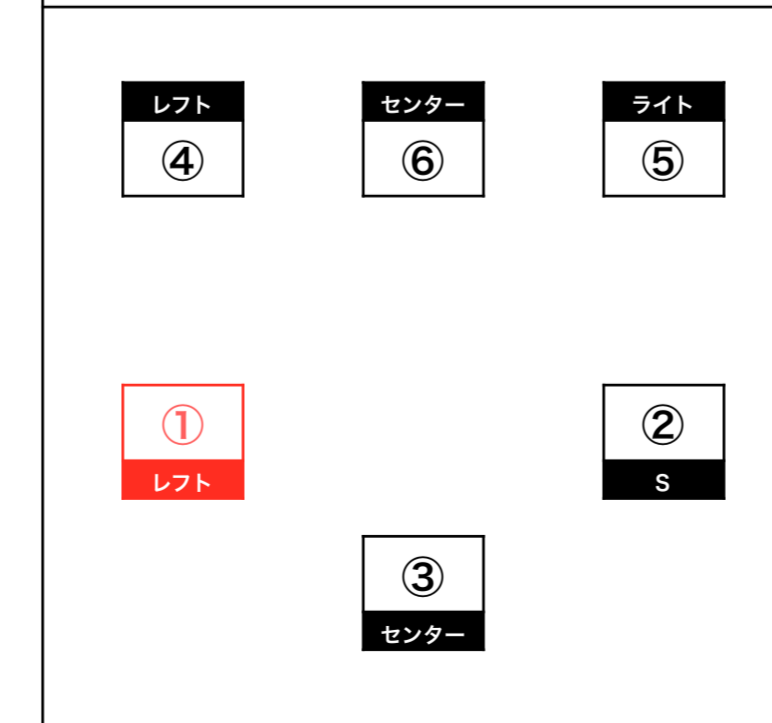
ii 自チームのサーブ直後



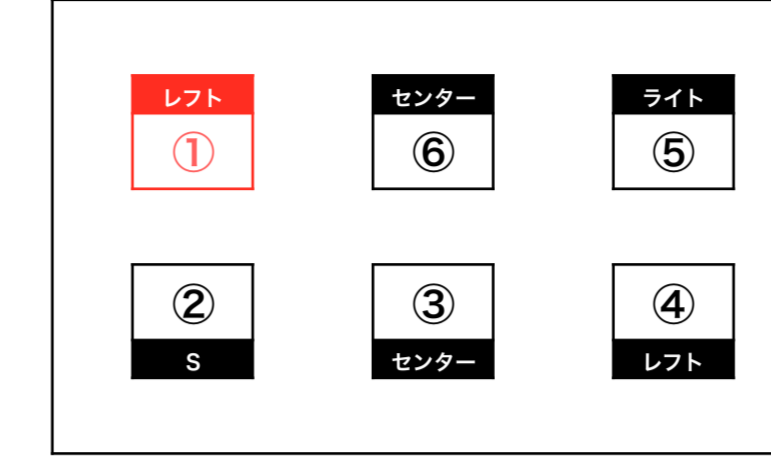
iii 相手チームのサーブ (サーブレシーブ)



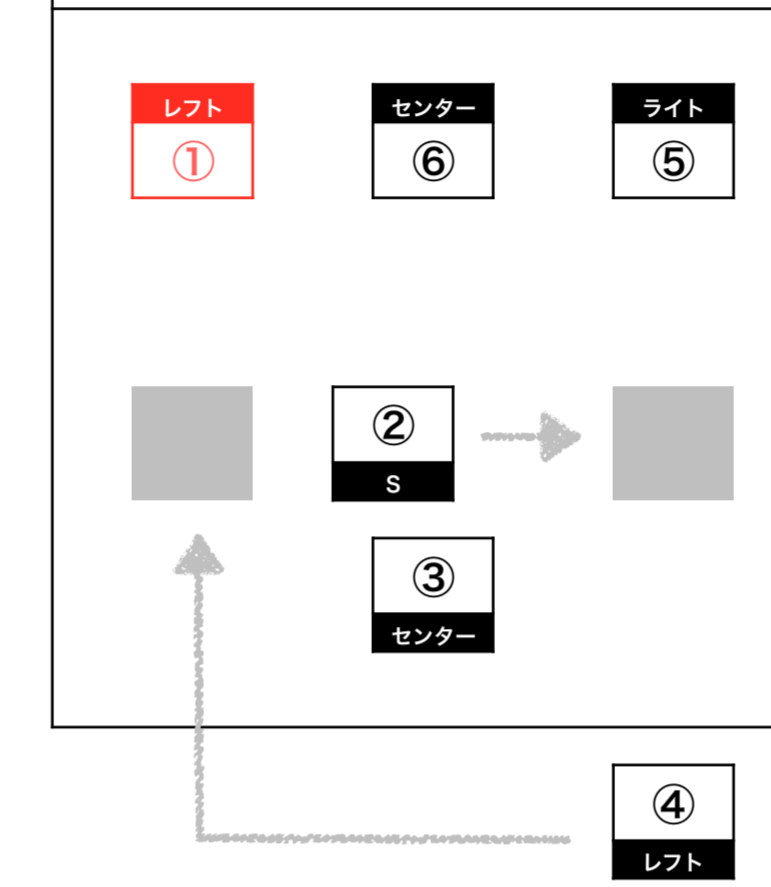
iv 相手コートに返球後



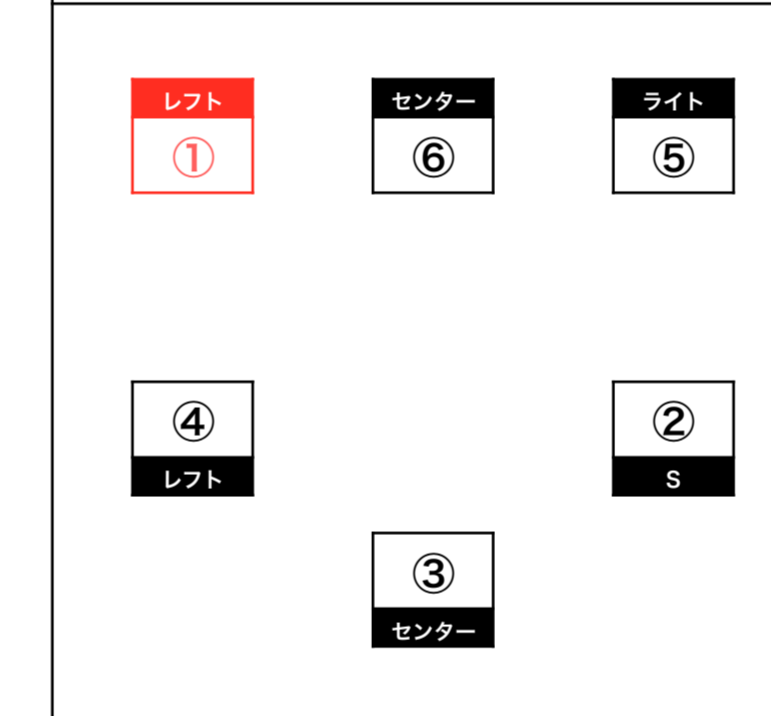
ローテーション ④



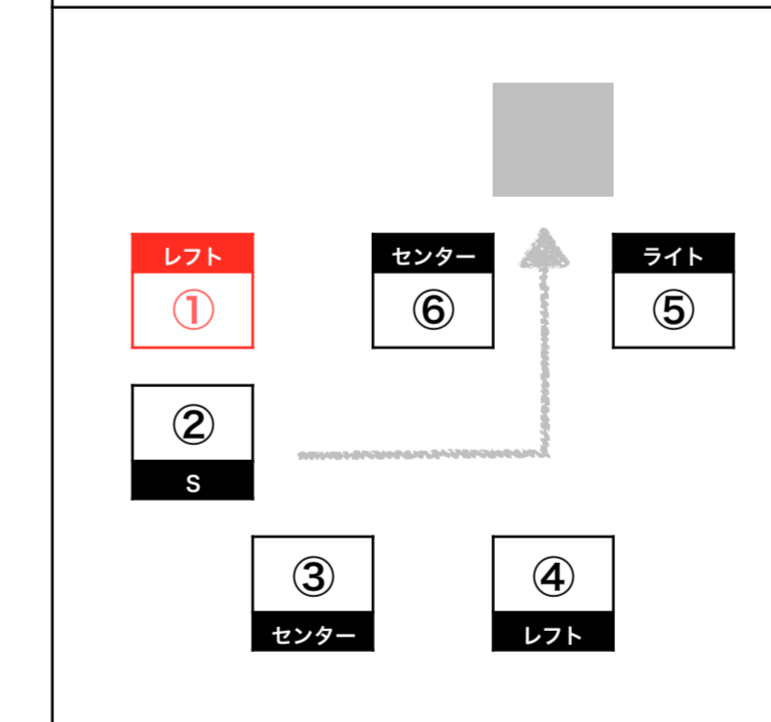
i 自チームのサーブ直前



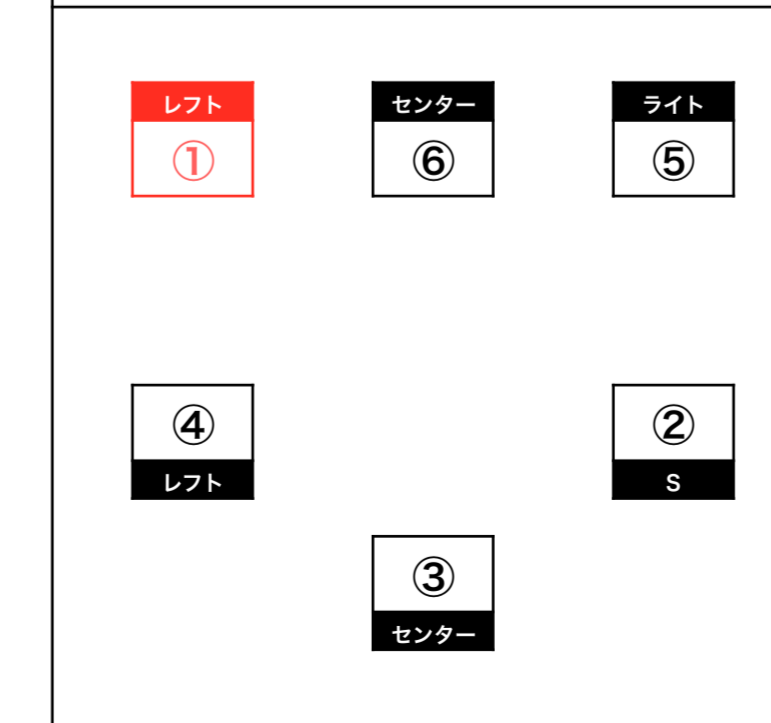
ii 自チームのサーブ直後



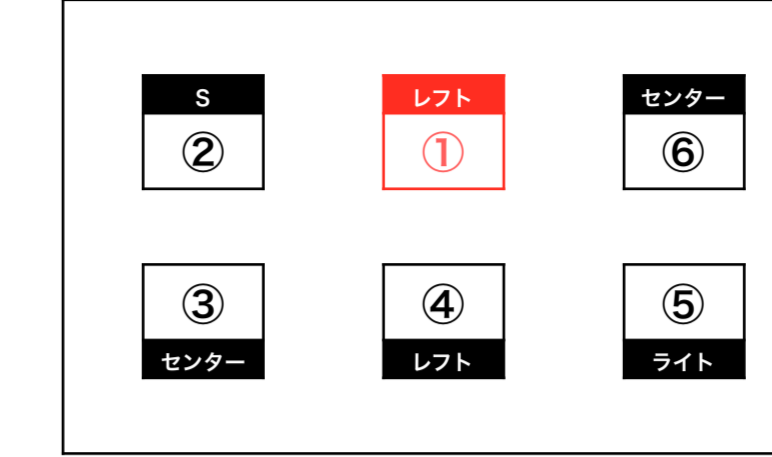
iii 相手チームのサーブ (サーブレシーブ)



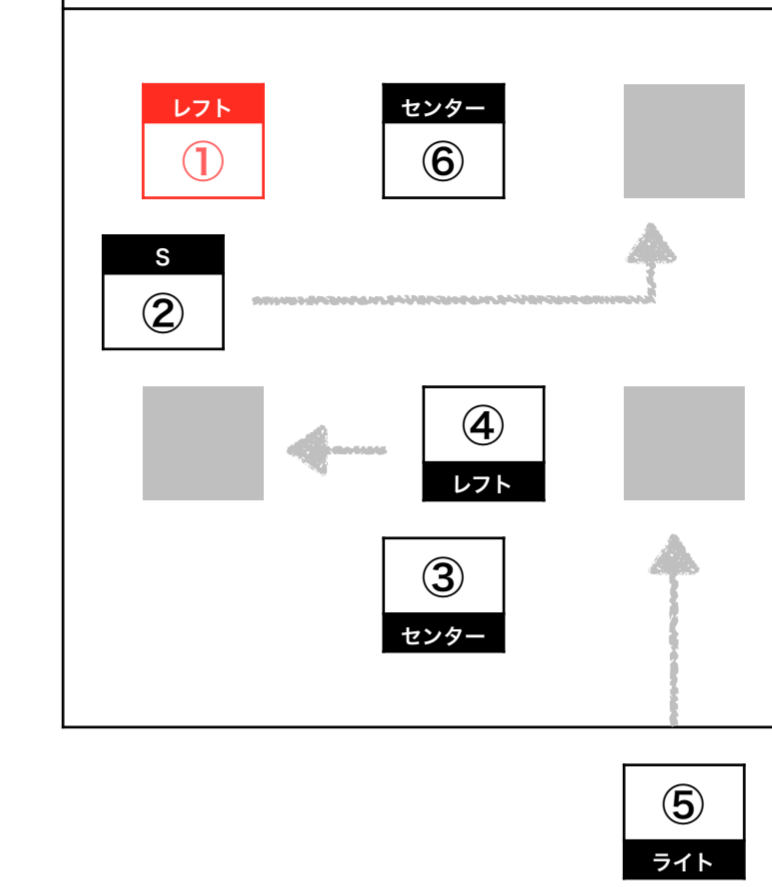
iv 相手コートに返球後



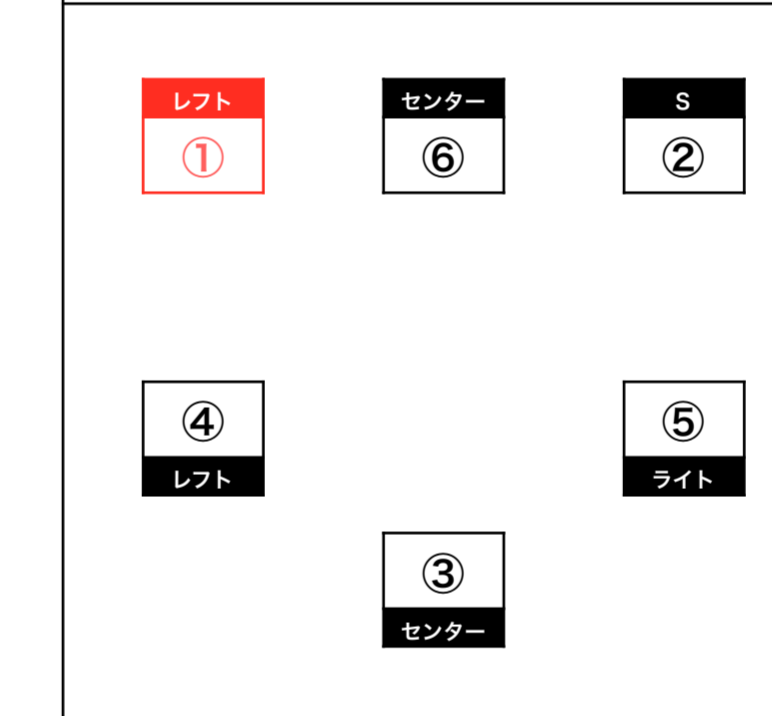
ローテーション ⑤



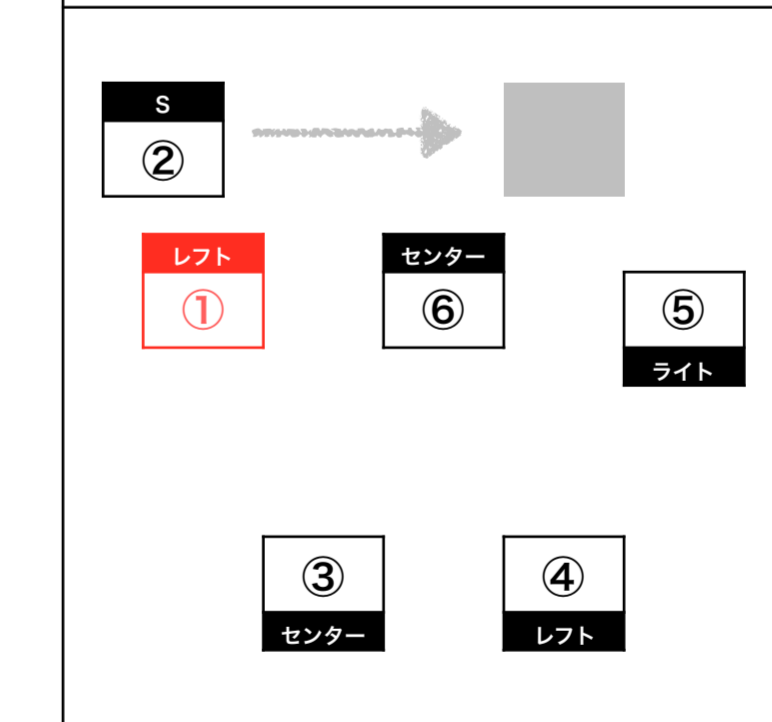
i 自チームのサーブ直前



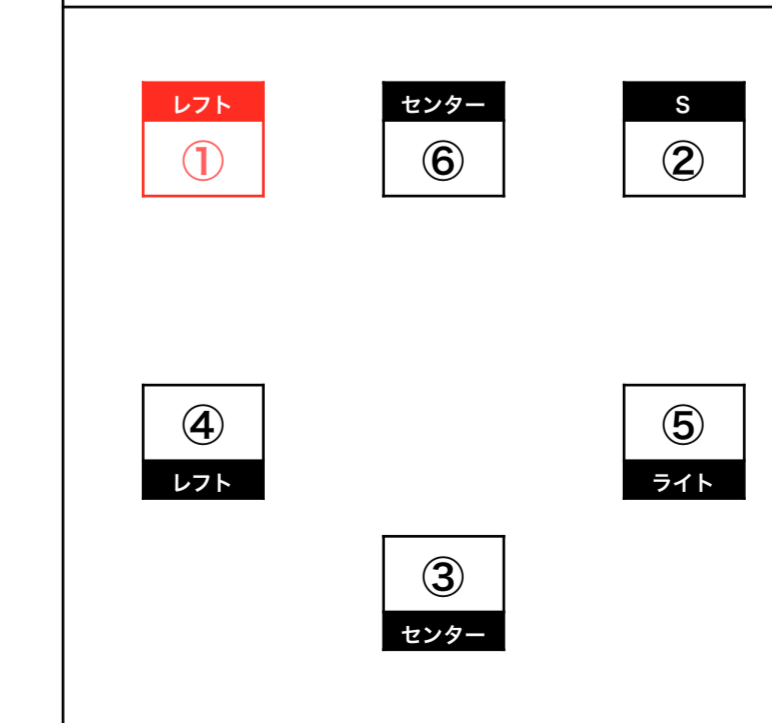
ii 自チームのサーブ直後



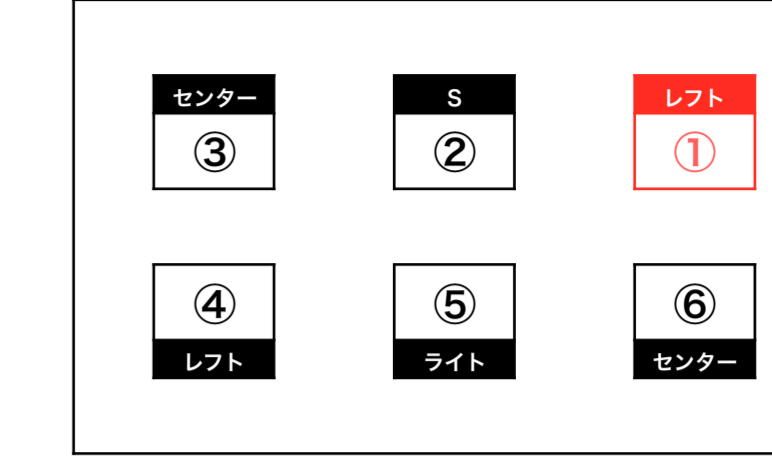
iii 相手チームのサーブ (サーブレシーブ)



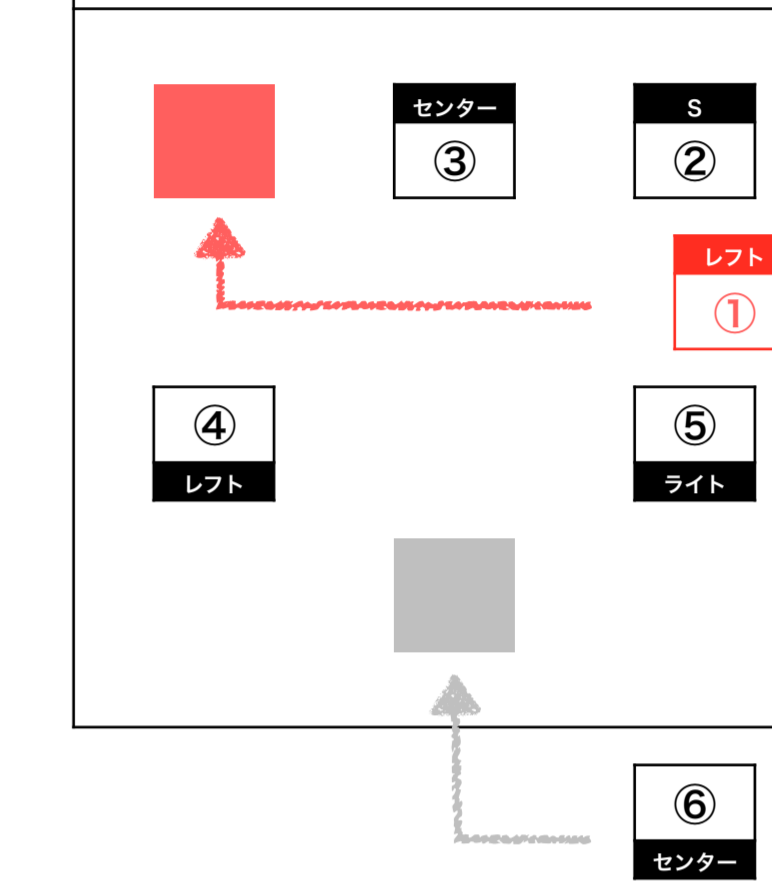
iv 相手コートに返球後



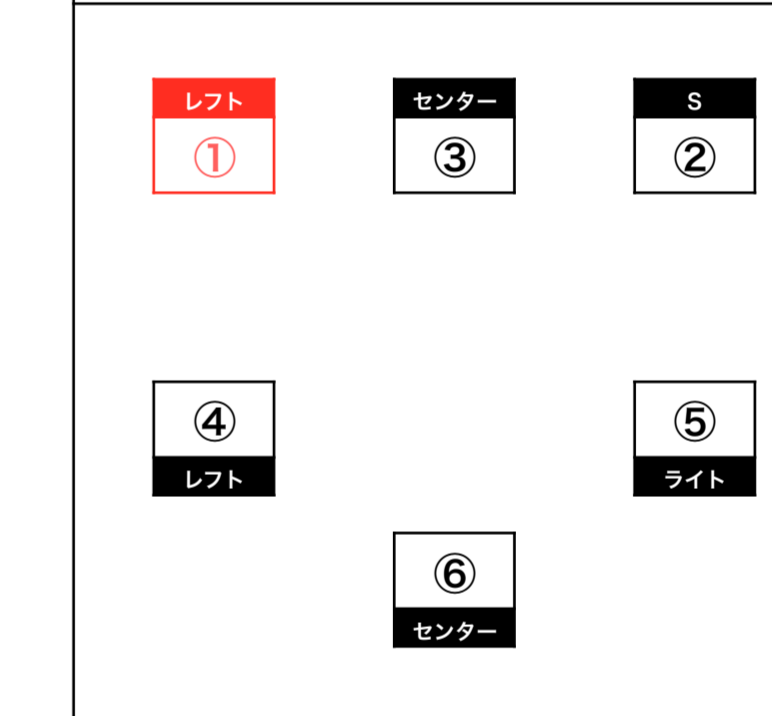
ローテーション ⑥



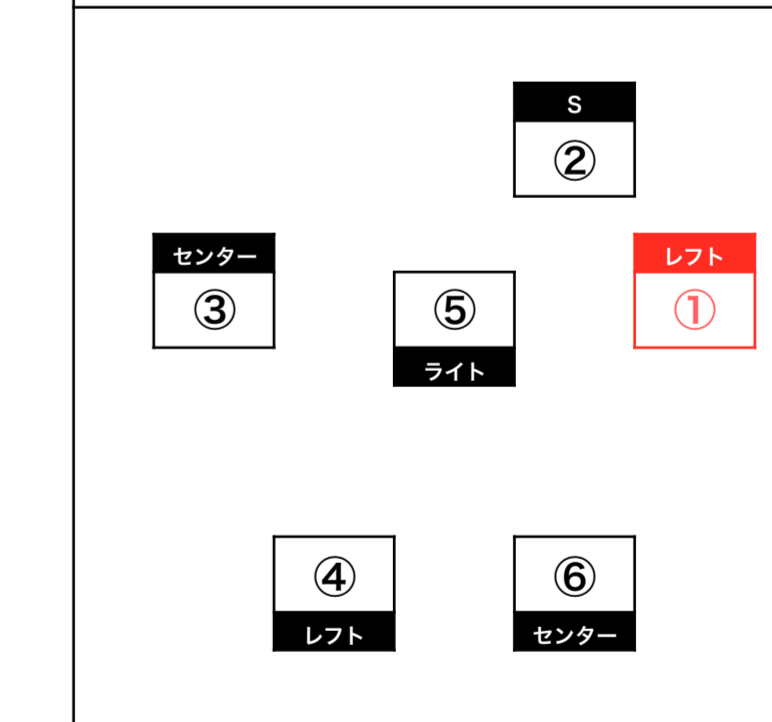
i 自チームのサーブ直前



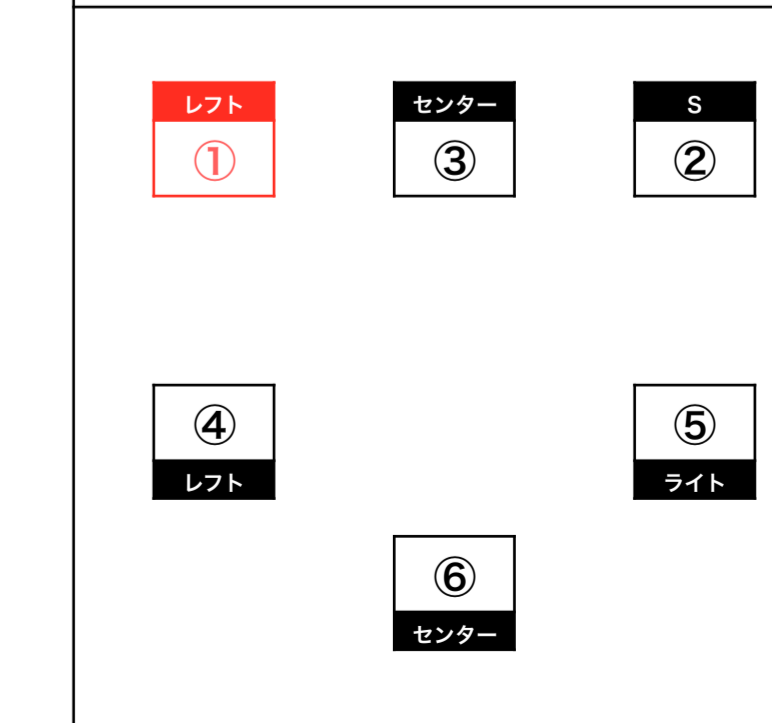
ii 自チームのサーブ直後



iii 相手チームのサーブ (サーブレシーブ)



iv 相手コートに返球後



スパイクレシーブのフォーメーション種類

スパイクレシーブのフォーメーションは、ブロックとの連携がとても重要となります。

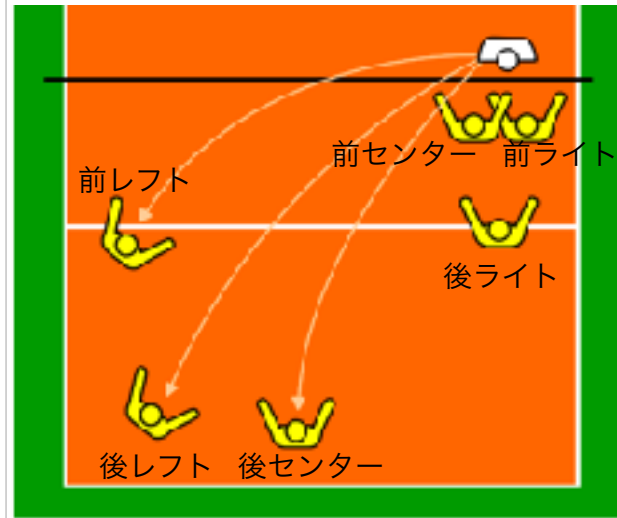
レシーブが上がらないと思っているチームは、レシーブポジションがブロックの後ろにポジションをとっており、ボールがきにくい位置に待っていることが多いです。

スパイクレシーブはブロックの陰に隠れないようにして、相手スパイカーやボールが見える位置に必ず入るようにしましょう。

基本はストレート側に打たれないように、しっかりストレート側を締めるようにしましょう。

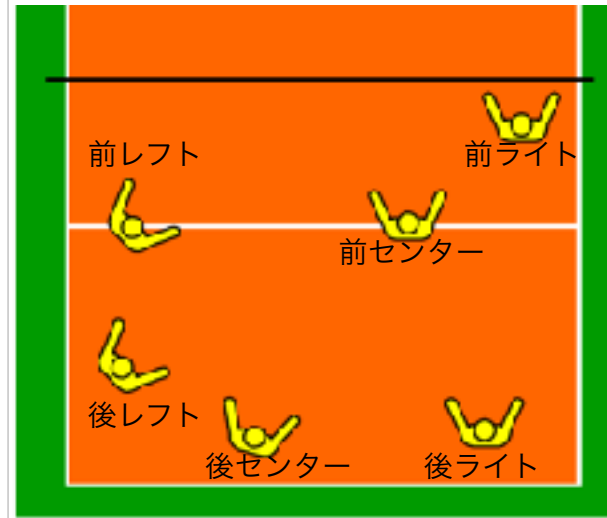
次にブロックとレシーバーで、相手のチームのスパイカーのよく打つであろうコースを読み、レシーバーはブロックカーがストレート側を締める場合はクロス方向を中心に、クロス側を閉める場合は、必ずストレートの位置に入るポジションをとるように連携をとりましょう。

【2枚ブロック時のフォーメーション】



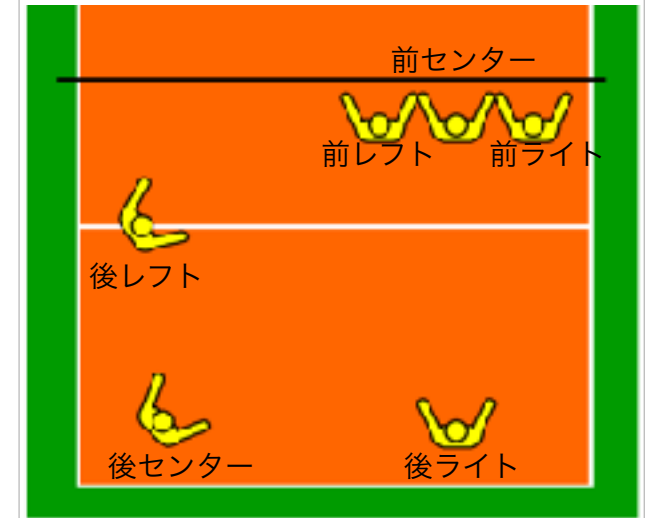
ストレートを締めているのに、ストレートコースを抜かれてしまうと決められてしまいますので、ライトブロックの選手はしっかりストレートコースを抜かれないようにブロックを意識しましょう。

【1枚ブロックのフォーメーション】



チームの特色によりブロックを1枚にせざるをえない場合は、フェイント対応を1人置き、4人がレシーブに入ります。

【3枚ブロックのフォーメーション】



身長が大きい選手がいるチームや相手チームに強力なエースがいる場合は、3枚ブロックで前を固めます。後衛はタッチやフェイントを想定しながら守りましょう。

ブロックフォローのフォーメーション

レセプション（サブカット）が乱れた時や、ディグ（スパイクレシーブ）からの攻撃は比較的高い二段トスの攻撃になるので、必ず全員でフォローに入りましょう。打った本人も自分でフォローする意識を持ちましょう。

ここに挙げたフォーメーションはあくまで一つの例となります。その時自分が最もフォローに行きやすい場所に入ればいいです。ただその際には、他の選手と重ならないように、スパイカーやブロック、ボールが見える位置にバランスよくポジショニングすることが重要となります。

SP=スパイカー

S=セッター

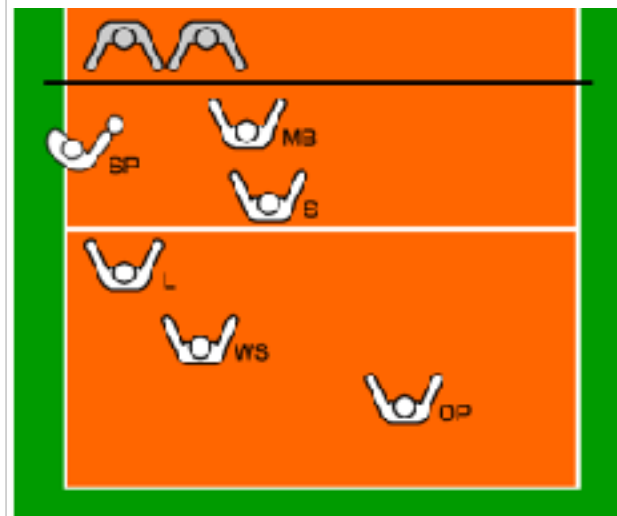
MB=ミドルブロッカー(センター)

OP=オポジット(セッター対角)

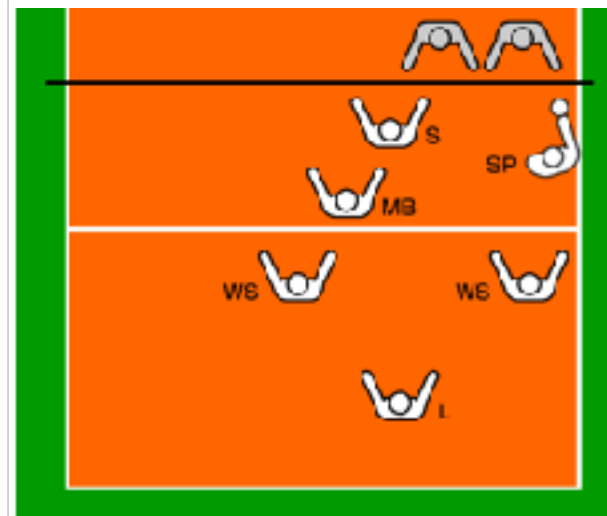
WS=ウイングスパイカー(サイドアタッカー)

L=リベロ

■レフト攻撃のブロックフォロー



■ライト攻撃のブロックフォロー



■センターオープン攻撃のブロックフォロー

