

## ワークシート1 (基礎編)

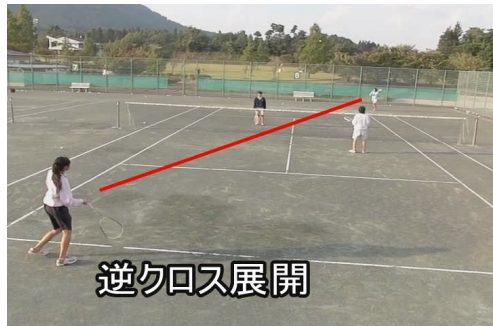
### 1 以下の問いに答えなさい



- ①左の写真のように前衛と後衛に役割分担して戦う陣形を何というか ( )
- ②以下は後衛、前衛について解説したものだが、それぞれどちらの説明か記入しなさい。  
 ア、ベースライン近くにおいて、主にワンバウンドしたボールを打つ。 ( )  
 イ、攻撃的な役割として、ノーバウンドのボールを打つ。 ( )
- ③ペアで平行な形 (たとえば両方後衛) を何と言うか ( )

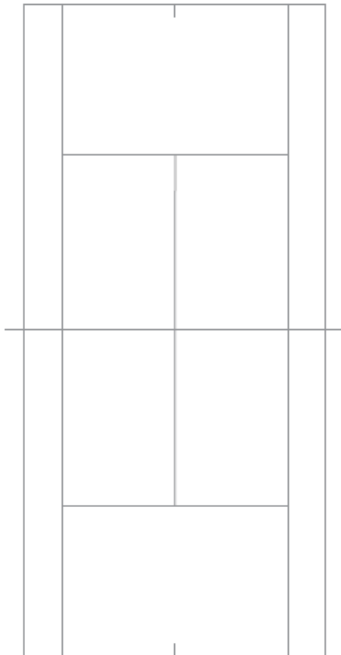
### 2 以下空欄にあてはまる語句を記入しなさい

- ①平行陣にはダブル ( ) とダブル ( ) がある。
- ②雁行陣の試合では ( ) というものが生まれる。
- ③ ( ) 展開、( ) 展開、( ) 展開がある。
- ④ストレート展開には ( ) ストレート展開と ( ) ストレート展開がある。



### 3 下の図に両ペア雁行陣としてクロス展開とストレート展開を図で示しなさい。

人は○で表し、ボールの行方を線で表しなさい。



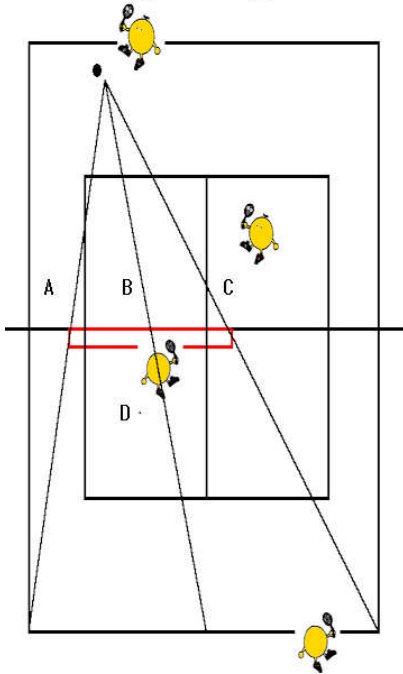
クロス展開



ストレート展開

## ワークシート2 (ポジショニングの基本)

### 1 空欄に当てはまる語句を書きなさい

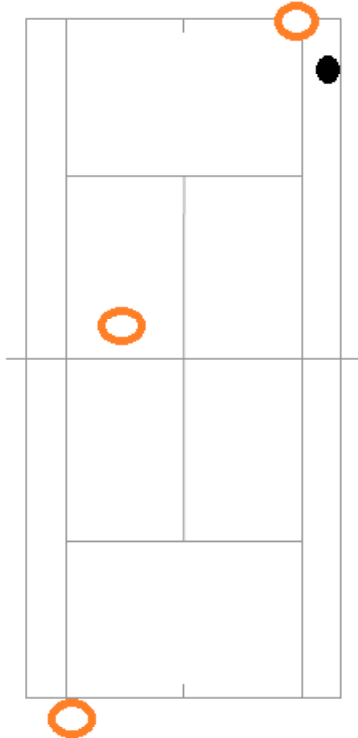


左図はクロス展開のポジションを表しています。黒丸●はボールです。ここが打球点の時の様子を表しています。

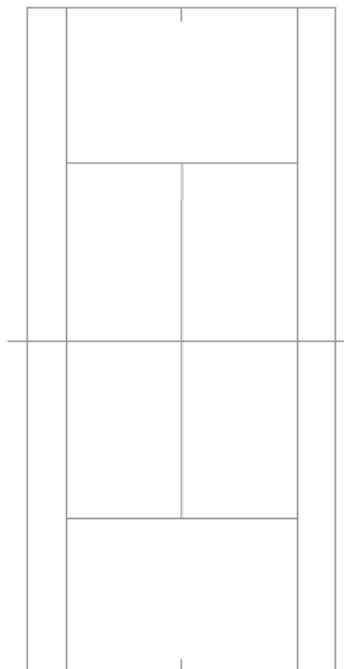
- (1) AとCのラインはボールの飛んでくる( )を表しています。
- (2) Bのラインは、打球点と( )結んだ線である
- (3) Dの前衛の位置は、AとCの( )に位置している。同時に( )のラインの線上に位置している。
- (4) このことから、前衛のポジションは( )とセンターマークを結んだ線がボールの飛んでくる範囲のちょうど中間を示していることがわかる。

### 2 以下の2つの図にそれぞれの展開のポジションやボールの来る範囲を左上の図を参考に線や前衛の位置などを書きなさい。

#### (1) 逆クロス展開

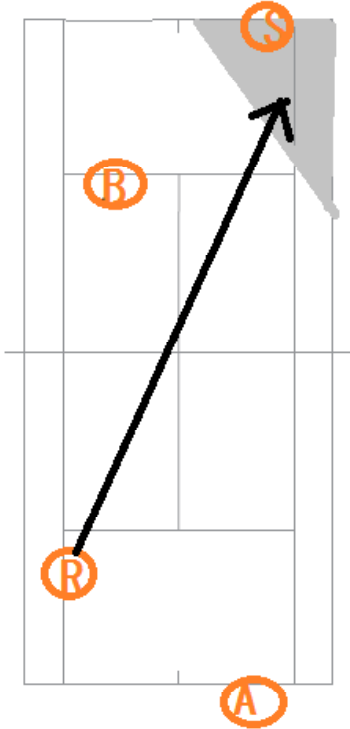


#### (2) ストレート展開



## ワークシート3 (ストレート展開のポジション)

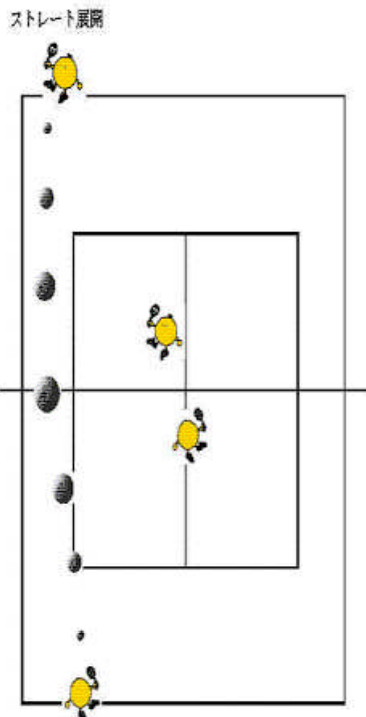
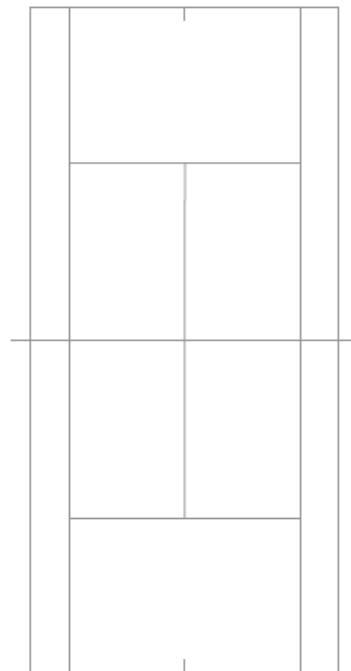
### 1 いつストレート展開になるのか



左の図のSはサーバー、Rはレシーバーを表す  
 (1) この場合、いつストレート展開になるのか

- ① Sがサーブを打った時点
- ② Rがレシーブした時点
- ③ Rのレシーブが灰色の場所に行くとき
- ④ レシーバーのボールをSが打ち返した時

(2) この後、SがストレートにAに打ち返した時のBとR、S、Aのポジションを以下に書きなさい

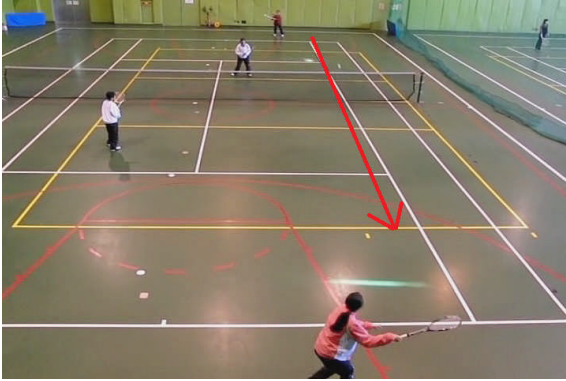


(3) 左の図について空欄をうめなさい

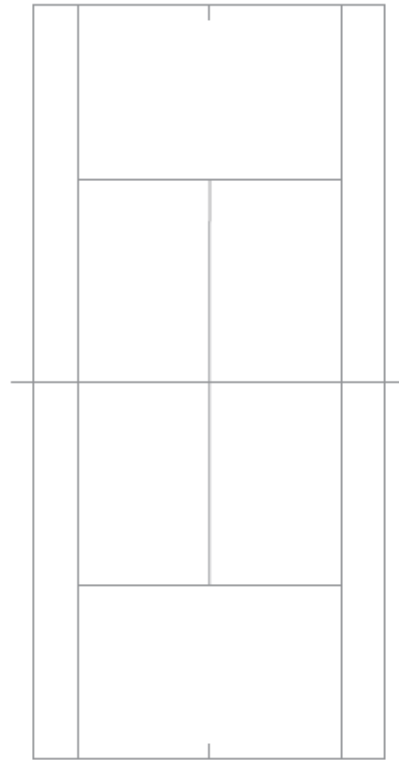
- ① 下のペアからみて、これは ( ) ストレート展開である
- ② 上のペアからみて、これは ( ) ストレート展開である
- ③ 上ペアと下ペアで前衛のポジションが違っている理由は ( ) ストレート展開のペアの方が有利だからである。  
 クロスの中ロブやクロスシュートなど打ちやすいコースがたくさんあるので、( ) ストレート展開のペアの前衛は守りのポジションに入っている。

## ワークシート4 (ストレート展開2)

1 以下の試合中のポジションについて答えなさい



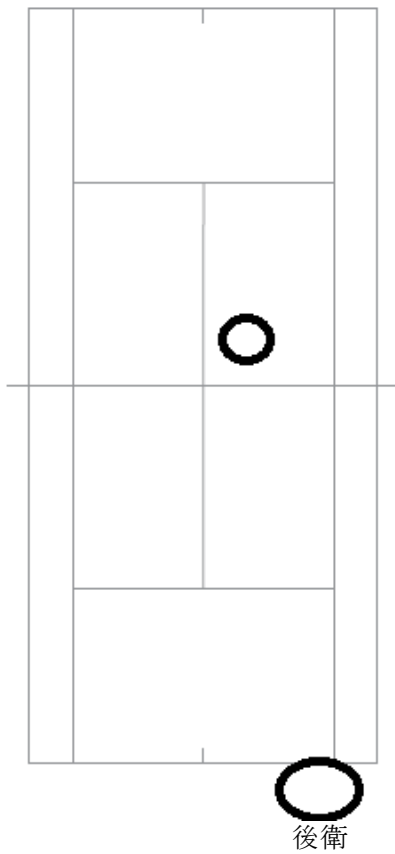
(1) 左の図で手前の前衛のポジションの正しい位置を以下に書きなさい



(2) 向こう側の前衛は、積極的なポジションを取っているのか、守りのポジションを取っているのか、どちらかを答えなさい。

( )

(3) 手前の後衛が次の打球で攻めのボールとして打てるコースを以下の図で示しなさい。



## ワークシート5（前衛レシーブ）

1 以下は前衛が矢印方向と位置にレシーブした場面である。



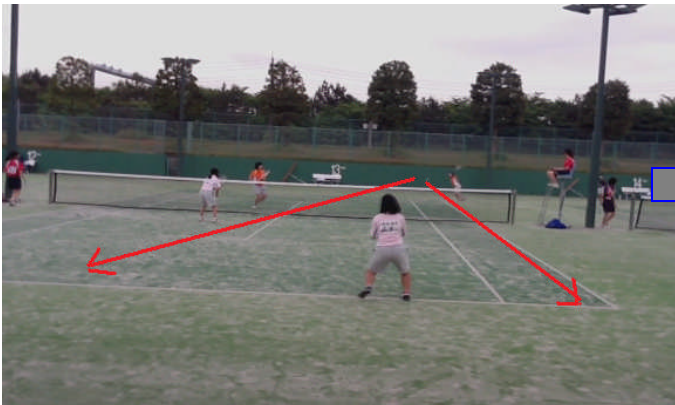
(1) 空欄に語句を入れなさいこの  
場面で手前のペアからみると、これ  
は（ ）ストレート  
展開である。

A 前衛は（ ）クロスのコースに  
レシーブして、ポジションをとって  
いる。

(2) A 前衛のポジションは、スト  
レイト展開としては（ ）に寄り  
過ぎている。

←図1

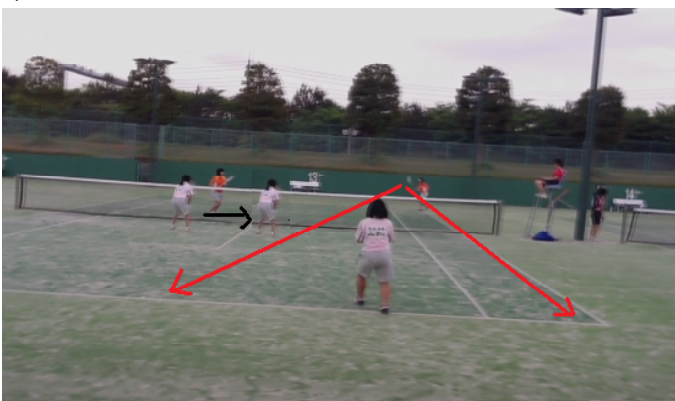
2 図2は図1の場面で相手後衛がシュートで打ってくる範囲を示している。実際には図3のように後衛が左方向へ動いたが、結果は→ストレートに打たれ失点している。では図2と図4の違いと、これは何を比較して説明しているのか、わかることをいくつかでも良いので□内に書きなさい。



↑図2



↑図3



↑図4

## ワークシート6 (後衛レシーブ1)

1 後衛Bが前衛オーバーのレシーブのケースを考えなさい

(1) 図2に図1の後の場面をABCDの位置を図に書きなさい。

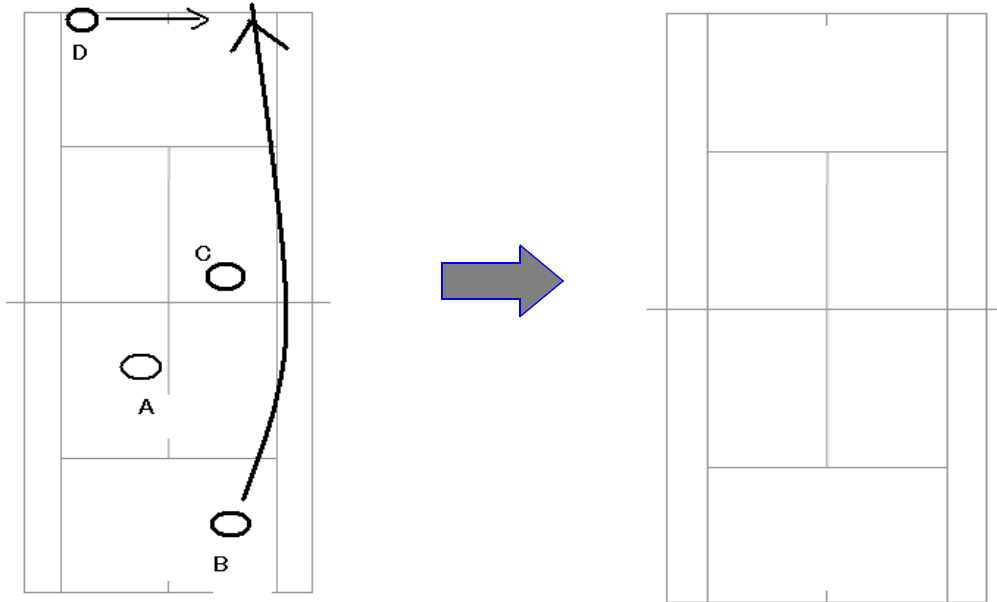


図1

図2

(2) 図1のAの前衛は、後衛Bがレシーブする前は、どこを見て、何を予測しているべきか考えなさい。( )を見て( )を予測して待っている。その為に数歩ネットから下がっている。

2 レシーブをセンターに短いボールを打った時(図3)に飛び出しをする前衛の動きを図4に書きなさい。

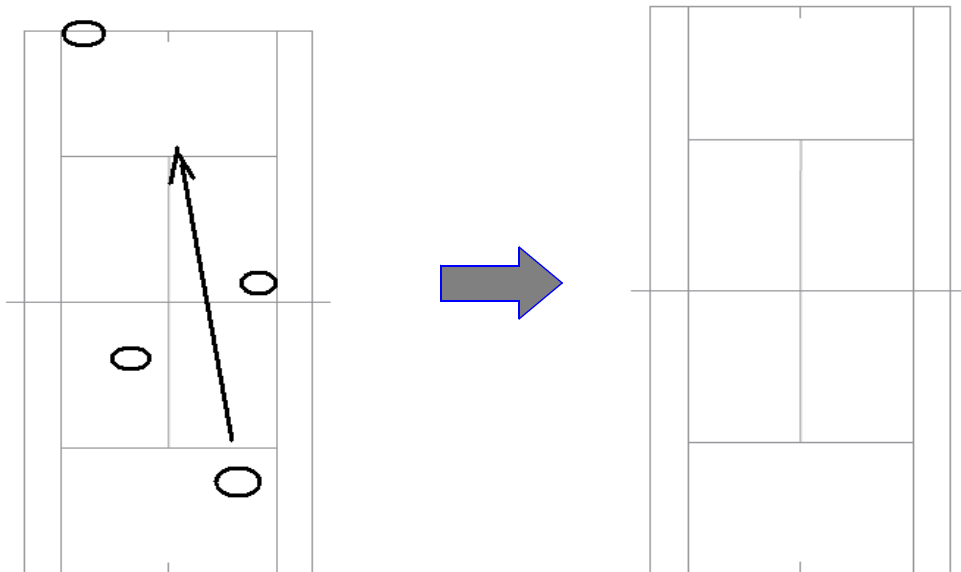


図3

図4

ワークシート7 (後衛レシーブ2)

- 1 後衛 B のレシーブで前衛アタックや、サイド抜きを行う場合、A が考えなければならないことやねらいを□内に書きなさい。

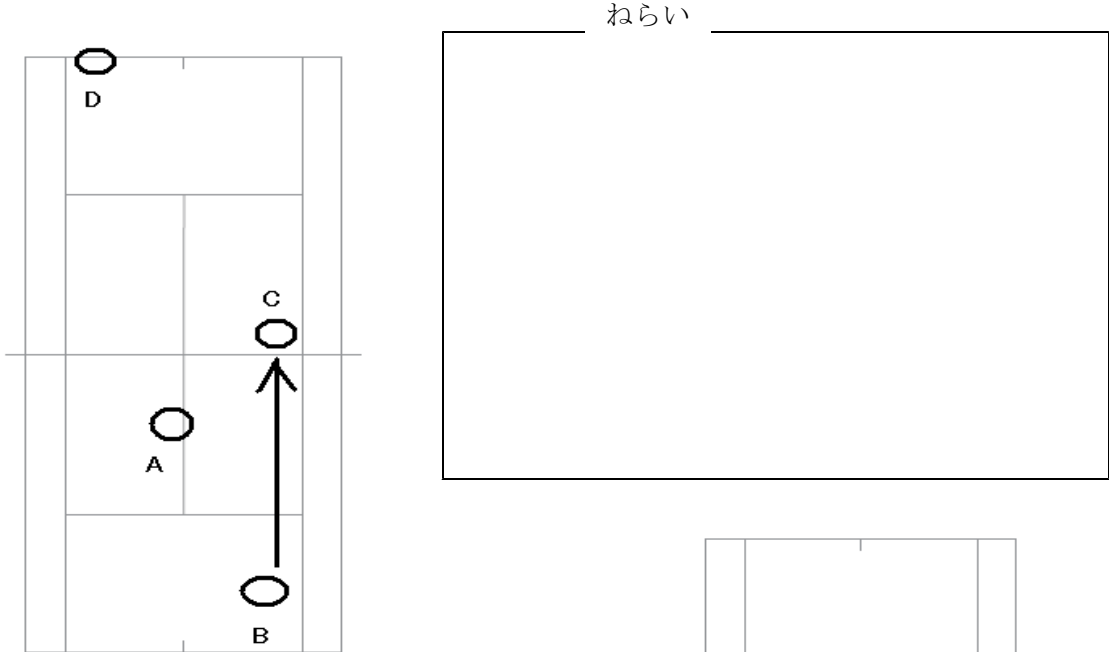


図1

- 2 相手が両方下がっている状態でのレシーブ (図2) で、後衛 B が短いツイストを打った場面で、前衛 C がこのあとの動きを図3にねらいを□内に書きなさい。

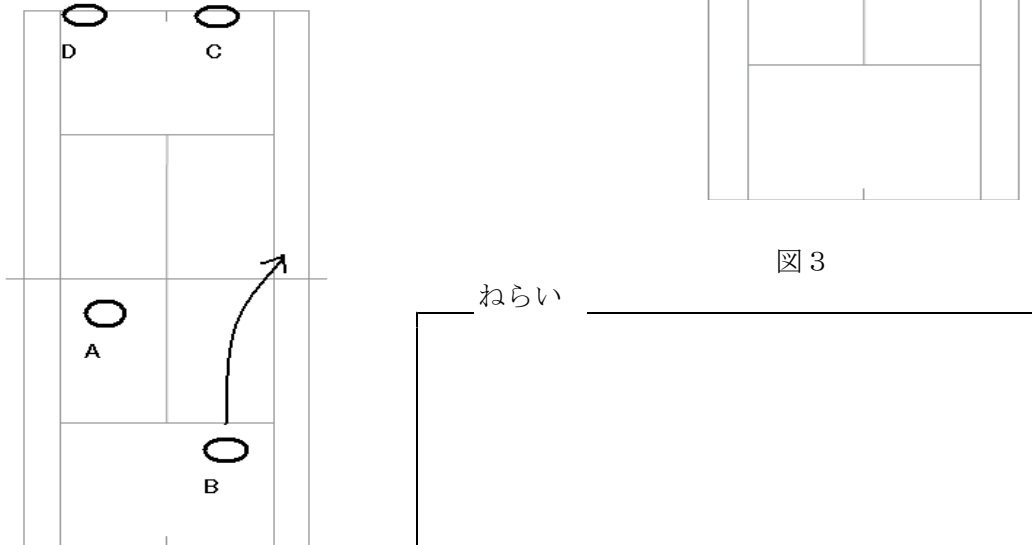


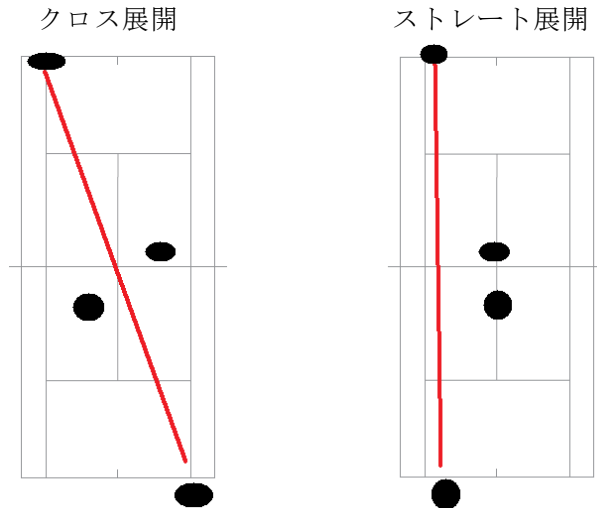
図2

図3

## ワークシート回答

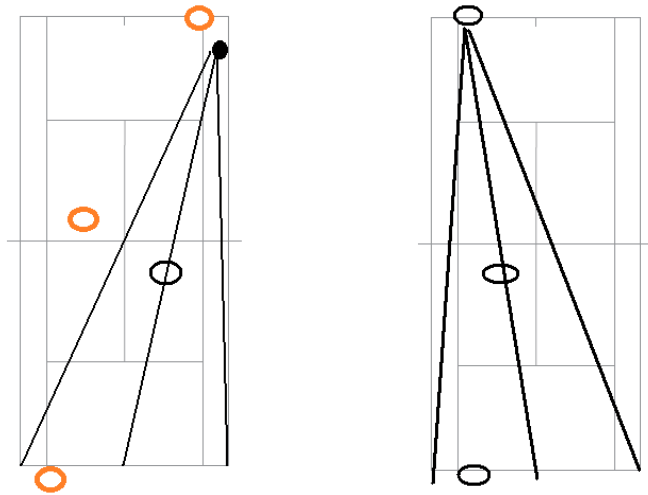
### ワークシート1

- 1 : ① : 雁行陣 ② : ア後衛 イ : 前衛 ③ : 平行陣  
 2 : ① : 後衛 前衛 ② : 展開 ③ : クロス 逆クロス ストレート  
 ④ : 右 左  
 3



### ワークシート2

- 1 (1) 範囲 (2) センターマーク (3) 中間 D (4) 打球点  
 2 (1) 逆クロス展開 (2) ストレート展開

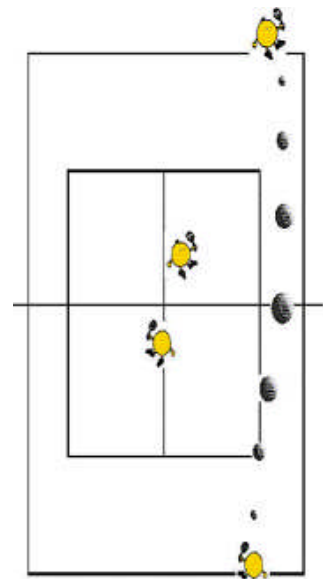


### ワークシート3

- 1 (1) ③

- (3) ①左 ②右 ③右 左

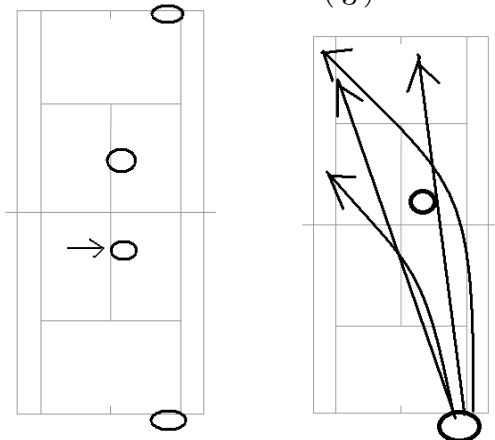
(2)





ワークシート4

- (1) (2) 積極的ポジション  
(3)

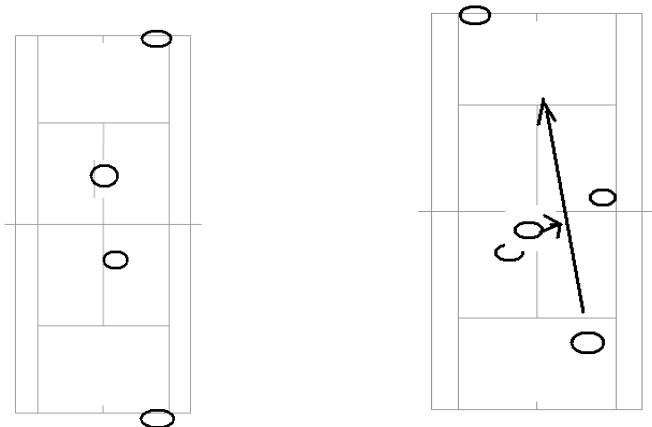


ワークシート5

- 1 (1) 右) 逆 (2) 左  
2 前衛のポジションによって、相手の打ってくる範囲に違いがある。ポジションが悪いと、後衛は広い範囲を守ることになるので、逆をつかれることになった。

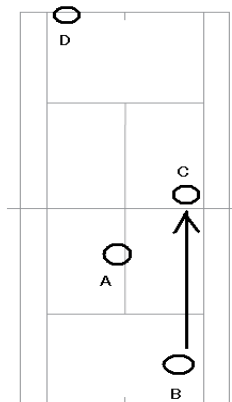
ワークシート6

- 1 (1) (2) C ボレー 2



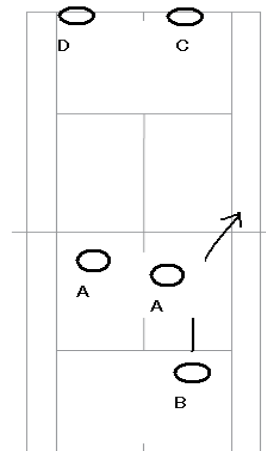
ワークシート7

- 1 C がボレーすることを考えて、C の方を向き、動きをよく見ている。ボレーされたボールを、フォローするが、打てるボールはチャンスボールと思って決めるに行く。



↑ 1

- 2  
短いボールを C がやっと取った、後に浮いてきたボールをスマッシュしたり、短く返してきたボールをフォローするためにポジションを近く取る。また、近づくことによって、相手の打つコースを消してプレッシャーをかけることにもなる。



2 →