

バレーボールの現状と今後の課題

—四国の大学チームの調査から—

池内裕二

はじめに

現在、バレーボールは小学生から家庭婦人に至る幅広い年齢層の人々に楽しまれている人気の高いスポーツで、愛好者は全国で2000万人にも達するといわれている。各々のチームがそれぞれのレベルにおいて、大会に参加し、勝つことを目標に努力を続けている。さて、四国の大学バレーボールのレベルは？という点が残念ながら、全国的にみて、最も低いのではないと思われる。地理的な条件、交通の不便、人口比率からの大学数、学生数の少ないこと、高校までの優秀プレイヤーの中央への流失などが原因としてあげられる。その為、全国大学選手権には2、3の大学が参加するにとどまっている。以上の諸条件のもとでの四国の大学バレーボールは今後どう発展していくかについて、本研究は、ネットの高さに対する意識調査をおこない、学生の意識を中心に現状を把握し、新しい方向を見いだそうとするものである。

☆ 調査方法

四国大学バレーボール秋期大会（昭和55年11月1日～3日、於、香川大学）に参加した男子1部5チーム、2部3チーム、女子1部4チーム、2部4チーム、3部4チームの各チームにアンケート用紙を配布し、各自で記入させ回収した、調査用紙は資料1の通りである。（注1）

☆ 結果

1 身長

表1は男子のチーム別の平均身長である。最高191.0cm、最低160.0cm、全体の平均身長は174.3cmでこれは20才の大学生の平均身長（注2）を4.5cm上回っている。高い方では190cm台1名180cm台15名（内補欠4名）、低い方では160cm台17名（内レギュラー

(資料1)

調 査 用 紙

高松短期大学体育学研究室

ネットの高さについてのアンケート（大学）

_____ 大学

- (1) 性別 男・女
 (2) ㊸身長 cm ㊹体重 kg ㊺胸囲 cm
 (3) 垂直跳 cm
 (4) レギュラーか補欠か (a, b, c, d のいずれかを○で囲んで下さい)

レギュラー		補欠	
a 主力アタッカー	c セッター	a アタッカー	
b 補助アタッカー	d レシーバー	b セッター	
		c レシーバー	

- (5) 現在のネットの高さについて○で囲んで下さい。
 (男子2m43cm 女子2m24cm)
 a 良い(適当)
 b 高い
 c 低い
 (6) 上記の(5のb)高いと答えた人(理由)
 a 身長がないから b ジャンプ力がないから
 c その他
 (7) 5のcの低い、と答えた人(理由)
 a 身長があるから b ジャンプ力があるから
 c レシーブが楽になるから d 体格が良くなっているから
 e その他()
 (8) 5のbの高いと答えた人は、何cm低くしたらよいと思いますか。
 a 3cm b 5cm c 高校と同じように
 (男子2.40m 女子2.20m)

御協力どうもありがとうございました。

表1 チーム別平均身長 (男子)

1部	レギュラー平均	補欠平均	チーム平均
1	177.3	174.3	175.5
2	173.8	174.0	173.9
3	180.0	173.4	177.0
4	178.8	169.9	172.9
5	173.2	170.8	172.2
平均	176.6	172.5	174.2
2部			
1	175.1	174.0	174.6
2	176.0	172.0	174.4
3	175.8	169.0	174.9
平均	175.7	172.7	174.6
1+2平均	176.3	172.6	174.3

4名)となっている。1部の1チームを除きレギュラーの平均身長が補欠の平均身長より高く、1部と2部を比較するとレギュラー平均では1部が高いが、逆に補欠平均は2部の方が高くなっている。その結果全体の平均身長は2部の方が高くなっている。ポジション別にみると、やはり、アタッカーが高くてセッター、レシーバーの順になっている。

表2は女子のチーム別の平均身長である。最高 173.0cm、最低 150.0cm、全体の平均身長は 160.0cmでこれは20才の大学生の平均身長 157.4cmを3.6cm上回っている。高い方では170cm台3名(内補欠1名)、低い方では155cm以下17名(内レギュラー8名)となっている。レギュラーと補欠に分けてみると2チームだけわずかに補欠が高くなっているが、

表3 チーム別平均体重 (男子)

1部	レギュラー	補欠	チーム
1	66.7	66.2	66.4
2	71.5	65.0	60.5
3	71.8	64.2	68.4
4	71.0	62.8	65.6
5	64.8	62.5	63.9
平均	69.2	64.3	66.3
2部			
1	67.7	66.4	67.1
2	66.8	72.5	68.3
3	64.8	57.0	63.7
平均	66.4	66.8	66.5
1+2平均	68.1	64.7	66.4

表2 チーム別平均身長 (女子)

1部	レギュラー	補欠	チーム
1	161.7	163.3	162.2
2	161.5	159.0	160.7
3	162.0	158.4	159.8
4	161.2	158.3	160.2
平均	161.6	159.3	160.6
2部			
1	162.5	160.7	161.0
2	162.8	——	162.8
3	157.8	161.5	158.8
4	162.2	158.0	161.6
平均	161.3	160.4	160.9
3部			
1	158.2	158.5	158.3
2	163.8	158.0	161.4
3	158.7	155.2	157.1
4	158.5	155.8	157.4
平均	159.5	156.8	158.1
1+2+3平均	160.9	158.8	160.0

その他のチームではレギュラーの平均身長が高いことがわかる。又1部、2部、3部を比較すると、レギュラー平均では1部、2部、3部の順であるが、補欠平均で2部、1部、3部となり全体の平均身長は2部、1部、3部の順になっている。ポジション別にみても、アタッカーが高くて、ついでレシーバーそしてセッターとなって、男子とは違った結果になっている。

2 体重、胸囲

表3、表4はチーム別平均体重であるが、ほとんど身長と同じ傾向を表わしている。

尚、胸囲については、解答数が少なかったため割愛する。

表4 チーム別平均体重 (女子)

1部	レギュラー	補欠	チーム
1	54.8	57.7	55.8
2	56.5	56.7	56.6
3	55.3	52.9	53.8
4	57.3	55.0	56.6
平均	56.0	54.6	55.4
2部			
1	55.7	56.1	56.0
2	54.3	————	54.3
3	54.0	56.0	54.4
4	55.0	55.0	55.0
平均	54.8	56.0	55.3
3部			
1	————	57.5	57.5
2	55.8	52.3	54.4
3	50.5	48.6	49.6
4	54.5	54.0	54.3
平均	53.6	52.8	53.2
1+2+3平均	54.9	54.4	54.7

3 垂直跳び

表5は男子のチーム別垂直跳びの平均値である。最高100.0cm、最低40.0cm、平均70.9cmで大学生の平均60.1cmを10.8cm上回っている。85cm以上が6名(内補欠2名)、60cm以下13名(レギュラー3名)となっている。又、ポジション別ではアタッカー、セッター、レシーバーの順になっている。やはりレギュラーの値が補欠を上回っているし、1部の平均が2部の平均を上回っている。

表6は女子のチーム別垂直跳びの平均値である。最高60.0cm、最低38.0cm、平均49.6cmでこれは20才大学生の平均41.8cmを7.1cm上

回っている。60cm台2名(いずれもレギュラー)40cm以下5名(いずれも補欠)となっている。又各チーム共にレギュラーの値が高く、レギュラー平均を比較すると1部、2部、3部の順になっている。しかし、補欠平均では2部、1部、3部となり、全体平均も同じ結果になっている。ポジション別にみると、アタッカーがよくて、セッター、レシーバーの順になっている。

4 意識調査

表7は男子の表8は女子のポジション別のネットに対する意識調査と身長、垂直跳びの

表5 垂直とび (男子)

1部	レギュラー	補欠	チーム
1	76.5	67.0	70.8
2	74.2	66.3	68.9
3	73.0	72.6	72.8
4	81.3	73.2	75.9
5	71.8	63.8	68.5
平均	75.3	68.9	71.6
2部			
1	72.2	62.4	67.7
2	66.2	72.5	67.8
3	75.3	60.0	73.1
平均	71.2	64.6	69.2
1+2平均	73.8	68.2	70.9

表6 垂直とび (女子)

1部	レギュラー	補欠	チーム
1	52.3	44.7	49.8
2	51.0	45.7	49.2
3	50.3	47.0	48.4
4	53.8	45.0	52.6
平均	51.9	46.1	49.7
2部			
1	50.0	48.2	48.8
2	56.2	————	56.2
3	————	————	————
4	47.2	45.0	46.9
平均	51.1	47.9	49.8
3部			
1	48.8	49.5	49.1
2	49.7	48.3	48.9
3	53.3	45.2	49.6
4	51.0	47.0	49.7
平均	50.8	47.4	49.3
1+2+3平均	51.3	47.1	49.6

表7 (男子) ポジション別意識調査と平均身長、垂直跳び平均値

	ポジション	感じ	人数		身長		垂直とび	
			1部	2部	1部	2部	1部	2部
レギュラー	エース	a 良い	9	5	179.7	177.8	79.4	75.8
		b 高い	1	1	166.0	180.0	70.0	70.0
		c 低い						
	補助	a 良い	10	3	179.1	177.7	77.2	66.7
		b 高い	1	5	167.0	174.8	71.0	67.4
		c 低い	1		182.0		70.0	
	セッター	a 良い	4	3	171.5	172.7	69.8	70.0
		b 高い	1	1	174.0	168.0	75.0	83.0
		c 低い						
レシーバー	a 良い							
	b 高い	3		172.0		70.0		
	c 低い							
補欠	アタッカー	a 良い	13	2	173.8	175.0	70.8	71.0
		b 高い	7	1	176.3	179.0	67.6	50.0
	セッター	a 良い	3		172.0		73.3	
		b 高い	3	2	171.3	171.0	72.7	67.5
	レシーバー	a 良い	7	2	172.6	171.0	68.3	72.5
		b 高い	9	3	168.2	171.3	64.9	67.5

表8 (女子) ポジション別意識調査と平均身長、垂直跳び平均値

	ポジション	感じ	人数			身長			垂直とび		
			1部	2部	3部	1部	2部	3部	1部	2部	3部
レギュラー	エース	a 良い	4	5	6	163.3	163.6	163.2	51.8	56.0	54.7
		b 高い	4	3	0	164.0	164.3	0	55.3	51.0	0
		c 低い									
	補助	a 良い	5	3	3	163.4	161.3	159.3	49.2	52.5	53.0
		b 高い	3	3	2	163.7	166.0	160.7	53.7	49.0	53.7
		c 低い									
	セッター	a 良い	1	0	2	155.0	0	156.5	50.0	0	52.0
		b 高い	2	5	1	159.0	160.6	158.0	54.7	51.0	50.0
		c 低い									
	レシーバー	a 良い	1	1	3	158.0	157.0	166.3	52.0	47.0	46.7
		b 高い	3	4	1	156.7	157.5	152.0	48.3	47.5	50.0
		c 低い									
補欠	アタッカー	a 良い	4	7	1	160.5	163.6	156.0	47.8	47.2	46.0
		b 高い	7	3	2	161.3	160.3	159.0	44.2	53.0	48.5
		c 低い									
	セッター	a 良い	1	0	0	157.0	0	0	47.0	0	0
		b 高い	1	1	1	152.0	154.0	158.0	52.0	48.0	45.0
		c 低い									
	レシーバー	a 良い	3	4	6	157.0	160.0	156.7	45.3	50.0	48.8
		b 高い	3	2	7	158.3	155.5	155.7	45.0	45.0	47.1
		c 低い									

表9 性別意識調査

感じ	男 子		女 子	
	(人数)	(%)	(人数)	(%)
a 良い	61	61	60	50.4
b 高い	38	38	59	49.6
c 低い	1	1	0	0

表10 レギュラー or 補欠による意識調査

	感じ	男 子		女 子	
		(人数)	(%)	(人数)	(%)
レギュラー	a 良い	34	70.8	34	51.5
	b 高い	13	27.1	32	48.5
	c 低い	1	2.1	0	0
補欠	a 良い	27	51.9	26	49.1
	b 高い	25	48.1	27	50.9
	c 低い	0	0	0	0

平均値である。

表9より性別のネットに対する感じ方は男子より女子の方がネットを高く感じている。又、低く感じている者は男子1名のみであった。

表10よりレギュラーと補欠とに分けてみると、男子補欠、女子レギュラー、女子補欠のほぼ半数の者がネットを高いと感じている。

表11よりポジション別にみると、セッターがいちばんネットを高く感じて、次いで、レシーバーとなり、アタッカー（特にレギュラー）が適当な高さであると感じているのがわかる。

表12よりレベル格差をみると、男子では、やはり下位グループがネットを高く感じているが、逆に、女子においては、上位グループほどネットを高く感じている。

表11 現在のネットの高さがa良いとした人

	ポジション	男 子		女 子	
		(人数)	(%)	(人数)	(%)
レギュラー	エース	14	87.5	15	68.2
	補助	13	65.0	11	57.9
	セッター	7	77.8	3	25.0
	レシーバ	0	0	5	38.5
補欠	アタッカ	13	65.2	12	50.0
	セッター	3	37.5	1	25.0
	レシーバ	9	42.6	13	52.0

表12 レベル別意識調査

	男 子	レギュラー		補 欠	
		(人数)	(%)	(人数)	(%)
一 部	a 良い	23	76.7	23	54.8
	b 高い	6	20.0	19	45.2
	c 低い	1	3.3	0	0
二 部	a 良い	11	61.1	4	40.0
	b 高い	7	38.9	6	60.0
	c 低い	0	0	0	0
	女 子	レギュラー		補 欠	
		(人数)	(%)	(人数)	(%)
一 部	a 良い	11	45.8	8	42.1
	b 高い	13	54.2	11	57.9
	c 低い	0	0	0	0
二 部	a 良い	9	37.5	11	64.7
	b 高い	15	62.5	6	35.3
	c 低い	0	0	0	0
三 部	a 良い	14	77.8	7	41.2
	b 高い	4	22.2	11	58.8
	c 低い	0	0	0	0

表13 ネットが高いと答えた理由

	男 子	エース		補 助 レギュラー	セッター		レシーバ		レギュラー 計		
		レギュラー	補 欠		レギュラー	補 欠	レギュラー	補 欠	レギュラー	補 欠	
a 身長がない		1	1	3	1	5	2	10	7	16	
b ジャンプがない		1	6	2	1		1	3	5	9	
c そ の 他		1		1					2		
女 子											
a 身長がない		4	4	3	6	3	7	10	20	17	
b ジャンプがない		2	8	4	1		2	6	9	14	
c そ の 他		2		1	2				4	1	

5 「高い」と答えた理由

a. 身長がないから

表13より、男子では『高い』と答えた者の61.2%となり、レギュラー、補欠の別では補欠が圧倒的に多く、ポジション別にみると、やはりレシーバー、セッターが身長がないと答えている。

身長がないと答えた者の平均身長は169.6cmで男子全体の平均を4.7cm下回っている。

女子では56.6%となり、レギュラーが補欠よりも多く身長がないと感じている。ポジション別では、やはりレシーバーが多く、ついでセッター、アタッカーとなっているが、レギュラーのセッターが身長がないと答えているのが目につく。

平均身長は157.1cmで女子全体の平均を2.9cm下回っている。

b. ジャンプ力がないから

男子でジャンプ力がないからと答えた者の垂直跳びの平均は、64.1cmでこれは全体の平均を6.8cm下回っている。ポジション別では補欠のアタッカーが多い。

女子では平均45.4cmで全体平均より4.3cm下回っている。ポジション別で補欠アタッカー、補欠レシーバーに多くみられる。

c. その他の理由

女子でしんどい1名、体重が重い1名、その他の者は無記入であった。

6 「低い」と答えた理由

レシーブが楽になるから1名となっている。

7 低くしたい高さ

表14はネットを低くしたい高さである。男子においては $a=c$ であるが $a+c$ の人数が b と答えた者を上回っている。特にレギュラーにおいて、多くみられ全プレイヤー

表14 (男子) 低くしたい高さ (a = 3 cm, b = 5 cm, c = 高校と同じように)

高さ	ポジション	エース	補助	セッター	レシーバー	アタッカー	セッター	レシーバー
一部	a					3	2	2
	b	1	1	1	2	1	1	5
	c				1	3		2
二部	a							
	b		4	1		1	2	1
	c	1	1					2
(女子)								
一部	a		2	1		3	1	
	b		1	2	1	4		3
	c	4						
二部	a			1			1	
	b		1			2		
	c	3	2	4	4	1		2
三部	a		1					
	b				1			3
	c		1	1		2	1	4

の21.0%を占めている。

一方女子においては、C. 高校と同じように、が全体の33.6%と多く、3人に1人は高校と同じネットの高さでプレイしたいと願っているのがわかる。

まとめ

審判員から「ネットを下げた方が良いのでは」と言われたことから今回の調査を行ったわけであるが、予想をはるかに越える多数の者がネットを高く感じ、下げてプレイしたいと思っているという結果を得た。しかし、この背景には、楽にプレイをしたいという現代っ子的の特長(甘え)があり、現代の成績に満足しているという意識の低さがあると思われる。又、ネットを下げることは、技術、体力の低下を引き起すし、高校がネットを上げ一般の高さに近づいている現状に逆うことになるから、絶対にすべきでない。

今後、四国内の大会だけでなく、全国大会へ参加し活躍できるレベルを目指してチームづくりをするという、チーム全体の目的意識をはっきりと持つことが第一の課題である。

第二の課題として指導体制の確立があげられる。現状は、経験者の学生、OBの監督や未経験者の教官監督が大半であるが、今後は指導者の質の向上を図るべく、指導者の講習会を開き、バレーボールについて正しく理解し、豊かな専門知識と情熱を持って長期的にチームを指導できる監督、コーチを育成する。

第三の課題として、全国レベルと比較して劣っている技術、体力の強化対策があげられる。

①アタック

レギュラーの平均身長を男子180~185cm、女子165~170cmを目標として選手の大型化を図り、特に男子においては、2段トスを強打できるエースアタッカー、女子においては、Aクイック、Bクイックなどの速攻ができる補助アタッカーを育成する。

②レシーブ

ブロックを軸としたアタックレシーブフォーメーションとソ連式のサーブレシーブをとり入れた、より攻撃的なサーブレシーブフォーメーションを完成させる。

③パス

より正確でスピーディなパス力をつける。

④サーブ

男子では、コースの打ち分け、女子では、球種を増やすことを目標としてスピードのあるサーブを打つ。

⑤体力づくり

現在行っている体力トレーニング方法を見直し、年間計画を立て、スピーディな動きと、スタミナ作りを中心とした体力トレーニングを毎日の練習の中にとり入れて行う。

以上を強化することにより、総合的には、スピーディで緻密なコンビバレーをめざす。

精神面の充実を計り、技術、体力の向上に努力し、環境を整備することにより、四国の大学バレーボールがますます発展することを願って終わりとす。

最後に調査に御協力下さった皆様、又アドバイス下さった高松商業高校の浜田先生に対して感謝の意を表したい。

以上が調査の結果と考察であるが、今後は調査の対象を広げ、調査項目、調査の内容を充実させ、さらに深く研究していきたい。

〈注1〉 日本バレーボール協会機関誌〈バレーボール〉第6巻8号、女子強化委員会、科学研究部 P28…引用

〈注2〉 昭和54年度、大学における体力測定の調査結果報告、(社)全国大学体育連合、体力テスト検討委員 P3…引用

参考文献

- 月刊バレーボール 富永洋路編
日本文化出版
- バレーボール世界の技術 西川順之助著
講談社
- 図解バレーボール 松平康隆著
日東書院
- スポーツの技術史 池田光政著
大修館
- コーチのための統計学 大西三四郎著
逍遙書院
- 実戦バレーボール 日本バレーボール協会指導普及委員会編
大修館