

バレーボール「セッター」における技術・戦術の変遷とスキルアップ方法についての解説

澤 井 亨

The Historical Changes in Skill and Strategy and the Way of Skill-up Training in Volleyball “Setter”

SAWAI Toru

要旨

バレーボール競技において、過去の公式ルールの変更によって進化していったバレーボールスタイルと、バレーボールのポジション「セッター」との関わりの変化を独自の視点で解説する。

さらに、バレーボール競技で重要なポジションである「セッター」の役割と技術解説及び「セッター」として必要とされる適正能力の解説と「セッター」スキルアップトレーニングの解説をする。

キー・ワード：バレーボール，セッター

はじめに

近代バレーボールにおいて、ファーストブレイク力（レセプションからの1番目の攻撃）が勝敗を左右する大きな要因と考えられる。ファーストブレイクの決定率を上げる要素として、第1にレセプションをセッターに高確率で返球すること。次に、「セッター」がアタック力を最大限に発揮できるスロット（図-1）を選択し、攻撃しやすいセットを配球すること、第3にセッターが相手のブロック陣を攪乱するために適切な自チームの攻撃オプションを選択すること、第4にはアタッカーが打つアタックが相手ディフェンス力を上回ること、が必要と考える。そこで、ファーストブレイク力の向上を目指して、強烈なジャ

平成21年11月25日 原稿受理

大阪産業大学 人間環境学部スポーツ健康学科講師

ンプをセッターに高確率で返球するために対応する4人参加型サーブレセフションシステムや、相手ブロッカーを翻弄するパイプ攻撃(クイックに近いタイミングでのバックアタック)を中心とした4人参加型オフェンスコンビネーションなどが戦術として生まれた。

逆にファーストブレイク率を低下させる戦術も進化し、「セッター」の配球データを分析することにより、ブロックの配置と攻撃スロットを予測し選択する戦術を採用するチームが多くなった。そこで、相手チームのブロックを中心としたディフェンスシステムと戦うホジションである「セッター」に着目し、過去の公式ルールの変化によって「セッター」の役割の変化とバレーボールスタイルの変化を、解説する。さらに、現代の「セッター」ホジションとしての役割及び、スキルアップトレーニングも合わせて解説する。

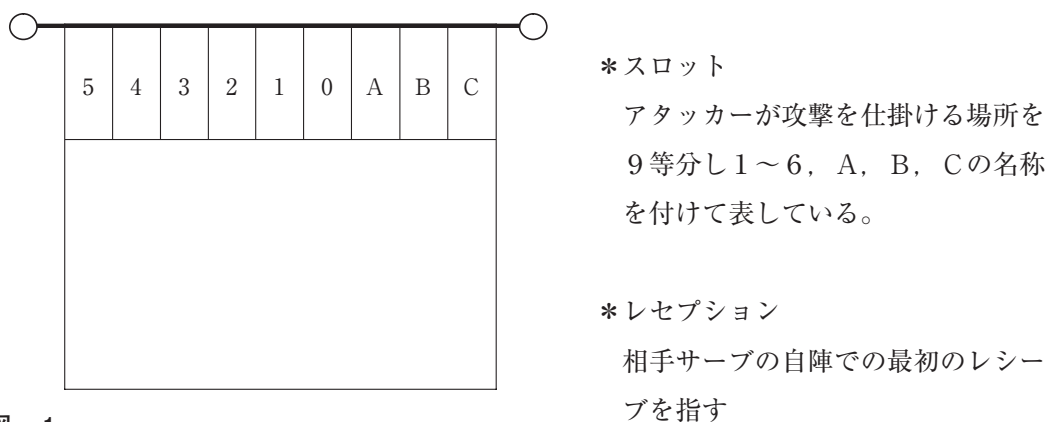


図-1

「セリンジャーのパワーバレーボール」では

セッターをはじめとしたプレーヤーの位置取り場所を明確にするために、ネットは9等分、あるいはスロットに分割する。各スロットは1mの幅で、センターラインからアタックラインまで伸びている。

「セッター」とは

バレーボールにおけるホジションのひとつで、主にセカンドプレーのボールをアタッカーが攻撃し易く、さらに相手ブロックディフェンス体系を崩すポイントにボールコントロールし配球する重要な役割を担っているポジションである。

「セッター」はレセプション（サーブレシーブ）とディク（スパイクレシーブ）されたボールをアタッカーが高確率で決定する状況をつくり出す必要があり、ファーストボールをコントロールして様々な攻撃パターンを生み出していくのが「セッター」としての技術である。セッターが供給するセット（トス）がアタッカーの要求した状況でない場合、攻撃力は低下し相手のポイントとなる確率が高くなる。さらに、相手ブロッカーに予測されてブロッカーに容易に対応されて移動されてしまうような「相手に見透かされる」セット技術であったり、セットする配球パターンが単調だったりするとアタッカーの攻撃能力を半減させてしまう。従って、セッターのセットは試合展開を支配し、勝敗に大きく関与するホジションであり、セッターのセットスキルには基本的なパス技術が基礎となり、安定したボールコントロールが求められるとても重要なポジションである。

「セッター」の適性

セッターはゲーム中のほとんどのプレーでボールを触るため、精神面の強さが必要とされ、状況判断能力が求められるゲームの流れを支配する重要なポジションであるため、冷静さ、決断力、が必要とされる。体力面ではボールの落下点に素早く移動できる俊敏性、ネット上のボールをより高くセット（トス）にできる跳躍力を見極めたうえで、人材を配置することが必要なホジションである。技術面ではオーバーハンドパス技術の正確性が大きなウエイトを占め、巧みなボールコントロールが必要不可欠である。さらに、高いレベルに到達する過程では、公式戦でのキャリアアップが必要とされ、緊張感ある場面での実戦経験をより多く必要とする。

練習ではチームで一番多くボールを触り、基本技術から応用技術まであらゆる場面で対応できる技術を習得しなければならないため、忍耐力も必要である。

年代別ルール改正表

年代	ルール改正	ルール改正の説明	セッターとの関わり
1965年	ブロックのオーバーネットが許容	オーバーネットの微妙な判定を解消するため	1) ブロックの脅威
1970年	サイドラインより20cm外側にアンテナが設置	サイドライン上の判定を明確にするためアンテナ設置された	2) スロット幅の減少
1973年	センターラインの踏越し緩和	センターラインに足の一部でもかかっていたら反則とならない	3) ネット際自由度拡大
1977年	ブロックをワンタッチとカウントしない	ブロックの場合に限りワンタッチとカウントしないで、あと3回のプレーを認めた	4) ディフェンス力の向上1
	サイドライン上にアンテナが設置される(1970年ルール改正より20cm内側に寄せる)	アンテナを20cm内側によせて、サイドマーカース上にアンテナを設置した	
1989年	サーブブロックの禁止	サーブを直接ブロックすることを反則とした	5) サーブの脅威
1995年	相手攻撃のダブルコンタクトが許容される	ディグの場合に限ってダブルコンタクトの反則とならない。	6) ディフェンス力の向上2
	膝下のプレーが許容される。	足も含めた体全体でのディグが容認される	
1998年	ラリーポイント制が採用される	サーブ権利が廃止となり、スパイク決定、相手ミスで得点とする 得点も15点先取から25点先取に変更となった	7) ゲーム戦略の変化
	サーブのネットインが許容される	サーブがネットに触れると反則であったが、相手コートに入れば全てOKとなった	
2000年	リベロ制度が採用される	守備専門の選手で全てバックのプレーヤーと交代が認められた。しかし、フロントゾーンでのオーバーハンドプレーは制限されている。	8) ディフェンス力の向上3
2007年	ネット上での両チーム選手によるホールディングが容認される。	ネット上の押し合いでボールが止まる瞬間があるが、プレー続行となった。	9) ラリー継続への転換1
2008年	センターラインの踏越しがさらに緩和	指先がセンターラインを越すと反則となったが、両足首が残っていれば反則とならない	10) ラリー継続への転換2
	14名(2名がリベロ)のプレーヤー登録が可能になる	リベロプレーヤー2名を除く、フルコートプレーヤーが12名登録可能になった。	
	タッチネットの反則範囲の緩和	プレーの妨げにならない白帯以外の部分のネットの接触は反則とならない。	

「セッター」に視点を置いたバレーボールのルール変更による バレーボール技術・戦術の変遷

バレーボールがオリンピックの正式競技種目となったのが、東京オリンピックの1964年であり、女子チームが金メダル、男子チームが銅メダルを獲得した。その後、男子チームが1972年のミュンヘンオリンピックで金メダルを獲得し1960年～1970年代のバレーボールの全盛期があった。そこで、過去のバレーボールをバレーボールのホジションである「セッター」に視点を置いて、独自の戦術・戦略の分析を解説する。

1) ブロックの脅威増大

1965年、ブロックのオーバーネットが許容されることにより、ブロックによるアタッカーに対するプレッシャーが強くなり、ネットから手をより前に出す技術とブロックの人数を増やすことで得点力アップに直結した。このルール改正で、セッターはブロックとの戦いが始まったと考えられる。

2) スロット範囲の減少

1970年、サイドラインより20cm外側にアンテナが設置されることにより、ルール変更前はサイド攻撃のスロット範囲が広いいためサイド攻撃が有効であったと推測できる。同時にサイド攻撃のスロット範囲が広いために意識がサイドに集中し、中央からの攻撃も効果的であったと考える。しかし、アンテナが設置されることにより、サイド攻撃のスロット範囲が狭くなり、ルール改正前と比較した場合、容易にブロックの人数を増やすことができるようになった。このルール改正もセッターが不利なルール改正であったと考えられる。

3) ネット際の自由度拡大（セッターにもスパイカーにも）

センターラインの踏越しが禁止であったが、1973年にセンターラインの踏越し緩和によってネットに近づいたセットに対しての攻撃力は激減していたのが、ルールの改正により、相手コートに近づくネットに接近した攻撃を採用することで、スパイカーは強くスピードのあるスパイクを相手コートに攻撃することができるようになった。セッターはセットミスへの恐怖心が軽減され、高度なコンビネーションが確立されていく始まりであったと考える。

4) ディフェンス力の向上1

1977年のブロックをワンタッチと数えないルール変更がディフェンス力の向上に大きく寄与した。ブロックをワンタッチと数える従来ルールの場合、オフェンス側ではブロックを利用して相手チームのオフェンスの攻撃回数を減らして有利な状況に持ち込むことができた。逆にディフェンス側ではブロックに接触したボールをすぐさまセット（トス）にしなければならない非常に高度な技術が必要であった。しかし、ルールの変更によりブロックで相手攻撃力の低下を図ることで、トランジッション(レセプション場面以外のディフェンスの場面で、ディグ、ブロックワンタッチ等で攻守が切り替わり、自チームが攻撃を仕掛ける一連の動き)に有利な状況を作り出すことができるようになった。バレーボール競技においてブロック技術の重要度は増し、よりネットより前に手が出る大型選手を起用する傾向が進んだ。さらに、同年にサイドライン上にアンテナが設置された(1970年ルール改正より20cm内側に寄せる)ルール変更により1970年のアンテナ設置と比較し、さらにスロット範囲を狭くしてブロックに有利な状況になった。攻撃のスロット範囲が狭くなることで、スパイクコースが狭まり、ブロッカーの集敵スピードがアップするディフェンス側に有利なルール改正であった。ディフェンス側に有利なルール変更に伴い、攻撃の起点であるセッターの重要度が高まり、ブロックを含めた相手ディフェンスシステムとの戦いが始まった。

5) サーブの脅威

1989年にサーブブロックが禁止されることにより、フロントゾーンに打つサーブが、ブロック及びアタックされるために、サーブの前後の選択肢が制限されていたが、ルール改正によってサーブコースの選択肢が飛躍的にアップした。フロントに配置するレセプションの苦手なプレーヤーに対してもサーブ攻撃できるようになり、レセプション返球に対して、セッターの配球を読みブロックの収集を行う戦術的サーブのスタートとなったと考えられる。

6) ディフェンス力の向上2

1995年に相手攻撃のダブルコンタクトが許容されると同時に、膝下のプレーも許容される。(足も含めた体全体でのディグが容認される)ディフェンス側に有利になるルール改正であり、約20年続いたバレーボールスタイルを変革させる始まりでもあった。バレーボール競技においてレシーブ(レセプション、ディグ)は高度な技術力が必要であったが(相手の攻撃に対するファーストレシーブ)が、ボールが体全体で処理でき、ファーストプレー

はダブルコンタクトの反則にもならないので、ルール改正前と比較して高度なテクニックは必要とされなくなり、体格の大きく手や指が長い欧米選手に有利に作用したと考える。フローターサーブに対してのレセプション（サーブに対してのレシーブ）はオーバーハンドが主流となり、レセプションの難易度は低下したと考えられる。ディグに関しては体全体が容認されたため、細かな技術は必要なくなり体格の大きい選手が広い範囲を守備するチームの大型化がいきに進んだと考えられる。選手の大型化が進行するにつれセッターがブロックに対する警戒度は増していった。

7) ゲーム戦略の変化

1998年にラリーポイント制が採用され（サーブ権利が廃止となり、スパイク決定、相手ミスで得点とする）バレーボールスタイルは劇的に変化し、近代バレーのスタートとなった。ラリーポイント制となり勝敗を決めるためには相手より多くブレイクポイント（サーブ側が得点する）がなければならない。そこで、チームの戦術は大きく変化し、攻撃的な戦術を採用するチームが増えたように感じる。同年サーブのネットインが容認されたことによりサーブがネット上部により近い部分を通過させることができるようになり、サーブのスピードアップが進み、方向性を制御することが困難あるジャンプサーブのリスクが大きく軽減されて、破壊力のあるジャンプサーブ（球速100km超）を多用するチームが増えた。サーブ力がゲームを支配する傾向に進み始めたのもこのルール改正からである。

攻撃的ジャンプサーブが主流になることで、レセプション返球率を低下させ、リードブロック（セッターの手からボールが離れた後でブロック移動するブロックシステム）を主としたディフェンスシステムが確立され、積極的にポイントを取りに行くバレーボールスタイルに変化していったと感じた。そのなかで、従来の安定型セッター（ブロックの集敵を考慮せずにアタッカーが最大限で攻撃できるセットを配給する）からブロックシステムを翻弄する高速バレーや、パイプ攻撃（ファーストテンポに近いバックアタック）を中心とした4人参加型オフェンス攻撃など、高度なコンビネーションに対応できる攻撃型のセッターが主流となっていった。さらに、ジャンプサーブに対してのレセプション操作は困難であり、ネット越える返球が多く見られたなかで、セッターはネット上のより高い位置でボールをセットアップできる、加えてディフェンスシステムにマッチできるブロック力を兼ね備えた高さのあるセッターが戦略的にも必要とされるように変化していった。

8) ディフェンス力の向上3

2000年にリベロ（守備専門の選手で全てバックのプレーヤーと交代が認められた。しかし、フロントゾーンでのオーバーハンドプレーは制限されている。）制度が採用されることによりディフェンスの得意なプレーヤーが苦手なプレーヤーと常に交代できるようになり、ディフェンス力は格段に向上した。ディフェンス力が向上するとともに、オフェンス側の攻撃テンポ及びスロットを選択するセッターの役割は重要度が増すことは必然である。

9) ラリー継続への転換1

2007年にラリーが停止する理由で、ネット上での両チーム選手の押し合いにより一瞬停止するボールに対してはホールディングの反則を適応しないルール改正があった。このルール改正によりセッターの役割には大きな変化は生じなかった。

10) ラリー継続への転換2

2008年の3つのルール改正でバレーボールのラリーの特性を強調する転換であった。第1に、タッチネットの反則範囲の緩和によってネットの白帯以外のタッチネットが反則とされないため、ブロックが従来よりも思い切って手を出すことができるようになり、セッターへのプレッシャーは一段と増加した。第2にセンターラインの踏越しがさらに緩和（両足首が残っていれば反則とされない）になり、ボールを扱う以外の反則を軽減しバレーボールのラリーの面白さを強調する変更であった。第3に試合登録選手が14名となり、フルコートプレーヤーがリベロを除く12名となり、戦術、戦略に大きな転換期を向かえるルール変更であった。

「セッター」の技術解説

テンポによるセット（ファーストテンポ、セカンドテンポ、サードテンポ）

ファーストテンポとはセットされたボールが頂点に達する前か頂点付近でアタックする攻撃である。主にクイックスパイク、サイド攻撃も距離は長くなるが、タイミングはクイックスパイクに近い状態で放物線上の頂点近くでアタックヒットする。

セカンドテンポセットとは、セットされたボールが頂点から落ちてきたタイミングでアタックする攻撃である。ファーストテンポでとんだブロッカーが次の攻撃に参加できない

バレーボール「セッター」における技術・戦術の変遷とスキルアップ方法についての解説（澤井 亨）

タイミングの攻撃である。時間差攻撃のことを指す。

サードテンポセットとはファーストテンポでとんだブロッカーが次の攻撃に参加できるタイミングの攻撃である。ハイセット、オープン攻撃のことを指す。

ハイセット（オープントス、二段トス）

ファーストボールが乱れたコンビネーションが組み立てることができない場合に、サイドアタッカーに高いセットを供給し、打ちやすいタイミング確保する。

バックセット（バックトス）

自身の正面側にいるアタッカーが相手ブロックをひきつけ、その裏をかいてセッターは背後に入る別のアタッカーにスパイクを打たせるためのセットである。Cクイックのほか、オープン攻撃へつなげる長い高いセットを出す場合もある。セットする方向を見ることができないので、アタッカーとのタイミングの合いにくく、十分なトレーニングが必要となる。

ワンハンドセット（ワンハンドトス）

ネット際のボールを片手で処理しアタッカーにセットを供給する。非常に難易度の高いプレーで手首が後ろ側に反り返った状態でボールを処理してしまうと、ホールディングの反則を犯してしまうリスクなプレーであるが、ワンハンドセットの技術レベルがアップすればジャンプサーブへの対応力が格段にアップする。

「セッター」のスキルアップ方法

直上セット

ボールの真下で頭に上にやわらかく上げるセットの基本技術である。自分の頭上の真上に上げるセットでボールコントロールのイメージを習得する。そのとき手首はやわらかくボールの勢いを吸収して下半身(特に膝)で押し上げてボールコントロールする。他のセットはこの直上セットからの応用である。



写真-1

ボールキャッチの基本はオーバーハンドパスと同じ。顔の前に両手で三角形をつくり、できるだけ高い位置でとらえる。ボールをリリースするときに両手首をそらすのが、やわらかく浮かせる時のコツである。手首だけで弾くのではなく、膝の伸びをうまく使って、全身でボールを押し上げるようにする。方向が安定したら、高さに変化をつけて2mぐらいまでコンスタントにまっすぐ上げられるように練習する。

セットの基本であるオーバーハンドパスを直上方向へ繰り返す。ポイントは体の移動をできるだけ小さくし自分がイメージした高さで強さを意識し反復練習を繰り返すことである。直上パスのコントロールを良くする練習として、バスケットリングを使うと良い。バックボードやリングに当てずにバスケットのリングに入れることを心がける(写真-2)。



写真-2

レセプションからのセットプレー

試合中では、コントロールしやすいボールがセッターへ返ってくるケースは少ない。楽なボールばかり練習しても役に立たない。レセプション練習時にコート中央へ立ち、レセプションされたボールで実践的な練習を行うと良い。



写真-3

ヘディング

セットプレーはボールの下に入らなければほとんど上げられない。顔から下でボールをキャッチしてセットをしても力がいらないし、アタッカーもいつも違う位置からセットが上がってくるのでタイミングをとりづらくなる。その為ボールの真下に確実に入れるようヘディングする練習をするとよい。



写真-4

ハイセット

エースストライカーにフルパワーでアタック（オープン攻撃）させるためのサードテンポのセットである。サイドにいるエース（通常は前衛レフト）に合わせた球足の長いボールになる。ボールの出し方は、オーバーハンドのロングパスと同じ要領で行う。距離と高さのコントロールが成功の決め手である。



写真-5a



写真-5b

白いシャツの選手がハイセットを上げた瞬間セットの方向は両サイドのコーナーとする。 ネットのそばにあるアンテナを目標にすると良い。最適な打点はアタッカーによって微妙に違う。 エースの打点を把握しておかないとパワーを生かせない。



写真-5c 実際のゲームでは必ず正面へボールがくるとは限らない。上体の姿勢がくずれても両足のつま先はトスしたい方向へ向けておく必要がある。

ジャンプセット

高いボールをジャンプした状態で処理し、少しでも高い位置でボールをキャッチして上げるセットプレーである。レセプションのミスに対応するケースとクイック攻撃で意図的に行うケースがある。クイックで使うときは、スタンディングセットよりも速くボールの下に入り、自分のタイミングで余裕を持ってジャンプすることが成功の秘訣である。まずはボールの落下点へすばやく体をいれ、ジャンプの姿勢を作り、1度低く沈んでから両足で踏み切ってジャンプし少しでも高い位置でボールをとらえる。ボールをとらえてからセットまでのわずかな瞬間のコントロールで、ブロックのタイミングをはずすこともできる。



写真-6a ボールの落下点へすばやく
体を入れ、ジャンプの体勢
を作る



写真-6b 一度深く沈んでから両足で
踏み切ってジャンプ



写真-6c 体勢を崩さぬようしっかり
ボールを目でとらえる



写真-6d 1 cmでも高い位置でボール
を手でとらえる



写真-6e 両手をいっぱい伸ばし、
少しでも高い位置でボール
を上げることを常に意識し
ておきたい。



写真-6f ジャンプの頂点でボールを
とらえ、降り際でセット。ブ
ロックのタイミングをずら
すために、ホールディングに
ならない範囲で、できるだけ
ボールをやわらかくキャッ
チする。



写真-6g ジャンプセットでボールをとらえた瞬間

ファーストテンポセット（クイックトス）

ジャンプセットをセンタープレーヤーのクイックスパイクに合わせる技術がファーストテンポセットである。このクイックスパイクへのジャンプセットは相手守備ブロックの裏をかくのが目的である。

ジャンプのタイミングとリリースするまでの滞空時間の2つの要素で相手の意表をつく技術である。クイック攻撃は文字どおり速さが勝負である。セットのリリースからスパイクまでの時間は短ければ短いほど相手ブロックは対応しにくくなる。A B C Dいずれのクイックの場合でも、スパイカーとセットの出所との距離が短くなるように出来るだけ高い位置でボールを捕らえて手首のスナップでトスを出すようにする。

アタッカーはセットのリリースよりも一瞬早くジャンプするから、トスのコントロールが乱れると対応できない。アタッカーの振り上げた手首や肘をねらってボールを送る必要がある。



写真-7

バックセット

セッターの正面側にいるアタッカーが相手ブロックをひきつけ、その裏をかいてセッターは背後に入る別のアタッカーにスパイクを打たせるためのセットである。Cクイックのほか、オープン攻撃へつなげる長い高いセットを出す場合もある。セットする方向を見ることができないので、アタッカーとのタイミングの合わせ方など十分に練習を積む必要がある。ボールをリリースする前に相手ブロッカーにバックセットであると見抜かれたのでは意味がない。ボールをとらえるまでのフォームは直上パスと同じ姿勢をとり、リリースの瞬間に胸と手首をそらして後方へセットする様な感覚である。



写真-8

アンダーハンドによるハイセット

レシーブミスでボールがセッターへ返球できなかった時、後方のプレーヤーがアタッカーへ直接ボールを送るセットプレーをハイセットという。アタッカーが余裕を持って打ち込めるように、高く大きく上げるのが基本。レシーブ技術の悪さはハイセットの技術である程度ならばカバーできる。様々な状況を想定して、アンダーハンドでもハイセットできる様に練習を積む必要がある。

ハイセットの方向はエースのいるフロントレフト（エースがサウスポーならライト）が原則。しかし、レフト側からの場合はフロントライトへ送ることもある。近年では、バックアタックを打てるアタッカーが各チームにいるので、バックアタックも有効に使うようにハイセットを上げる練習をしておく必要がある。アタッカーは、一般に自分の後ろから来るセットよりも斜め後ろ方向からのセットの方が打ちやすいので、実際のゲーム中はハイセットを上げる位置とアタッカーの配置を十分に頭に入れた上でセットプレーをしなくてはいけない。ネット近くのセットはセッターの領分だが、ハイセットだけはチーム全体がこなせるようにならなくてはならない。以下にアンダーハンドのハイセットを、自分の背中側にあるネットに向けてあげるときのポイントを解説する。



写真-9a ボールの落下点に入り



写真-9b ボールをしっかりアンダーハンドの面にあて、腕を振らずに、下からすくい上げる。



写真-9c トスが左右にぶれないよう肘は曲げず体の反動を使い全身でトスを上げる

ワンハンドセット

試合中には、どうしても片手でボールを処理しなければならない場面が必ずある。特にサーブカットの返球が大きかった場合、セッターは両手でボールを触れなくなってしまうためワンハンドセットとなるケースが多い。そんな時を想定して練習・実行するのがワンハンドセットプレーである。両手で触れないボールでも片手で触りにいけば両手でセットした時よりも高いところでボールに触れることができる。この動作はとて難しく、ジャンプした時に体を精一杯伸ばすので体勢も崩しやすい。しかも片手でのセットプレーになってしまうため、セットコントロールが非常に難しい技術である。



写真-10a ネットタッチをしないように上体の体勢は崩さない。体幹の筋力が必要である。



写真-10b 片手なのでしっかりボールをとらえる、肘が曲がっている為トスは手首のスナップの強さであげる

ツーアタック

通常バレーボールは3回までボールタッチが許されているために、3回目にスパイクなどでボールを相手コートに返すスポーツだが、1回目、2回目で返しても構わない。しかし安易にボールを返しても得点にはつながらない。その為スパイクなどを打ち込むのだが、この2アタックはセッターにボールが返ってきた時、スパイカーにトスを上げずに自分で攻撃することを指す。この攻撃により相手のタイミングが乱れることを期待する。しかし、使い所を間違え2アタックが読まれてしまうと相手にチャンスボールを与えてしまい逆にこちらが流れを失ってしまうので、必ず決められる状況で使う技術である。

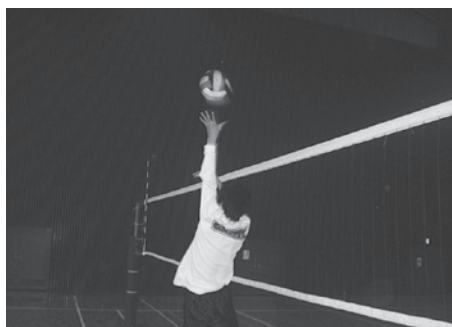


写真-11a 片手の為しっかりボールにタッチする



写真-11b ゆるやかに返さずボールは強く、押し込む。点数を必ず取りにいく気持ちが必要。



写真-11c これは右手で自分の背後に
2アタックを落としこむ。
相手の意表をつくプレーで
ある。

総括

相手チームのブロックを中心としたディフェンスシステムと戦うポジションである「セッター」に着目して過去の公式ルールの変化によって「セッター」の役割の変化とバレーボールスタイルの変化を解説した。

セッターはレセプション（サーブレシーブ）とディク（スパイクレシーブ）されたボールをアタッカーが高確率で決定する状況をつくりだす必要があり、ファーストボールをコントロールして様々な攻撃パターンを生み出しアタッカーの要求したセットを供給するポジションである。セットスキルには基本的なパス技術が基礎となり、安定したボールコントロールが求められる。さらに、ゲーム中のほとんどのプレーでボールを触るため、精神面では、冷静さ、決断力、体方面では俊敏性、跳躍力が重要な能力であると考えられる。

今後はさらに数々のルールの変更がおこなわれることが推測される。そのなかで、バレーボールスタイルは変化し、進化を遂げなければ勝利に近づくことはできない。バレーボールスタイルの変革の中心である「セッター」が今後どのような形で変化し進化していくかについて継続して注視し研究していきたい。