

京都選抜通信



R. 1. 12. 4 第4号

香川遠征に行きました

2回目の宿泊遠征として、香川県に行きました。愛知遠征では、まずまずの様子だったと思いましたが、大会本番まで約3週間というこの時期に、たくさんの課題がはっきりしたと思います。その差が如実に出たのは対香川戦。2セットを通じて、強打はほぼ決められていないのに、勝てない。なぜか？こぼれてくるボールを待っていない、ブロックが甘い、強打でしか点を取れない。粗いバレーの典型です。バレーはもっと細かいプレーが求められる競技です。「打てば決まる。」という意識は捨てて、技術の上達を目指そう。残りの期間に、各自が課題を意識して過ごし、内容の濃い練習にしていかなければならないと思います。

主に気になったこと

- サーブ：サーブで崩しているという印象が持てない。ミスも多いし、速さやコースもいまいち。サーブは個人の責任です。1本決まっても、2本目で外してたら帳消しです。自分のサーブが勝利にどれだけ貢献しているかを考えてみよう。そして、本番に役立つサーブ練習をしよう。
- スパイク：ノーブロックで打てるチャンスなんて、試合中はほぼ無い。なら、ブロックやレシーバーを意識したスパイク練習が必要。いろんなコースに打てる、強打でも軟打でもフェイントでも点が取れるための練習をしよう。普通のコースにただ強く打ってるだけでは、試合では何もできない。速攻も、もっと価値を出してほしい。正面でブロックされたり、相手にチャンスが行ってしまうような速攻は困る。
- サーブカット・強打カット：守る位置取りの確認と、個人の技術の向上が必要。上手いチームと比べると、そこで点数をやり過ぎ。
- 粘り強い守備：つながるはずのボールが落ち過ぎ。ブロックの後のフォローや、フェイントに対する読みなどができていないので、強打以外で点数をやっていることが多い。待ち方も工夫して、ポロッと落ちるボールをつないでいこう。
- エンジンがかかるのが遅い：当然本番は2セット取られたら終わりです。「次、頑張れば・・・」はありません。寝坊したり、体調を崩したり、「朝は調子が悪い」などと言ってる選手は論外です。最初の試合に100%で臨めるように、照準を合わせてください。

香川遠征の結果（セット数）

島根：0-4	香川：0-4
岡山：0-2	高知：1-0
愛媛：0-1	徳島：3-0
合計	4勝11敗



会場：満濃町立まんのう中学校

