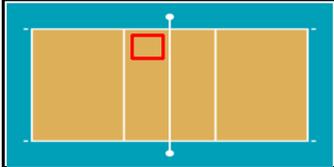


スキルテスト説明書

パス (オーバー・アンダー)

設定と実施上の注意

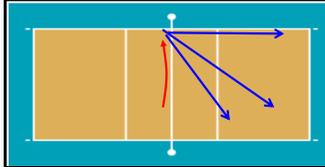
- アンテナ付近に1.8×1.8mの枠を作成
- (1.8mはアンテナの長さを利用し、枠は4つ角にマーカーを置く形でもよい)
- テストは全て枠内にて行うこととし、両足が枠外に出たら失敗とする
- アンテナの高さを超えないパスはカウントしないが試技は続行できる
- 試技は2回まで



スパイク

設定と実施上の注意

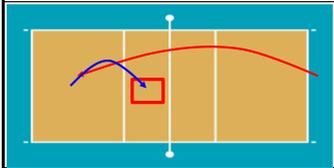
- セッターからレフトorライトにオーブントスを上げる
- ①レベル1-3はスパイクを相手コートに打てるかどうかをテスト
- レベル1-3は当たり損ねや、多少山なりな打球でも入れれば成功とする
- ②レベル4-5
- スパイクがネットの上から打たれた直線的な打球であること
- ※レベル1-3の評価のための試技5本+レベル4-5の評価のための試技5本 計10本
- 明らかなミスはノーカウント



レシーブ

設定と実施上の注意

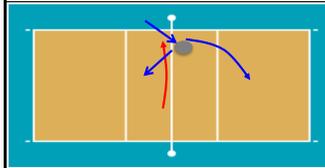
- セッター位置にボールかごを置く
- アンダーハンドサーブをレシーバーの半径2-3歩以内程度の範囲に打つ
- レシーバーは置かれたボールかごに入れるようレシーブする
- ボールかごに入る、または当たったものを成功試技とする (明らかにトスできないような低い返球は失敗とみなす)
- 10本中の成功試技を評価とする



ブロック

設定と実施上の注意

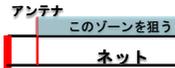
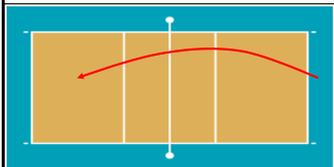
- ※以下レベル4-5の実施上の注意 (レベル1-3の方法は評価表を参照)
- セッターからレフトorライトにオーブントスを上げる
- アタッカーはクロスへ (できるだけ素直に) スパイクを打つ
- レベル4は左図のように直上ブロックでシャットまたは1タッチが取れば成功
- 1タッチは明らかにもので驚きができるレベルかどうかで判断すること
- アタッカーやセッターの明らかなミスはノーカウント



サーブ

設定と実施上の注意

- 左下図に示されるゾーンを通すように自分のベストサーブを打つ
- ゾーン通過に関わらずインのものは成功試技とする
- インのもの内、ゾーン通過本数に従いスキル評価表をもとに評価する
- 試技は5本



- レベル5はセンター付近からトスやアタッカーに合わせて移動してブロック
- トスはレベル4同様にオーブントスとする
- アタッカーやセッターの明らかなミスはノーカウント

- ※レベル1, 2の試技に回数制限はなし
- ※スキルがある場合は、レベル1-3は飛ばし、レベル4からスタートしてもよい。
- ※レベル4-5の評価のための試技は各5本、計10本

ジャンプサーブ

設定と実施上の注意

- 左下図に示されるゾーンを通すようにジャンプサーブを打つ
- スキル評価表をもとに評価する
- 試技は5本

