

日本サッカーの歴史

○真鍋 佑斗 (札幌国際大学スポーツ指導学科), 指導教員名 後藤 ゆり

キーワード: サッカーの起源、日本サッカーの歴史、ルール

【はじめに】

私は幼稚園年中から高校3年生までの14年間、サッカーをしてきた。実際にサッカーをやってきた私は、プレーすることが好きで最低の知識しか知らず、サッカーの成り立ちやワールドカップ、日本サッカーなどサッカーの歴史には興味がなかった。しかし、サッカーから離れた大学4年間はプレーするよりも観ることが多く、観ることの楽しさを徐々に理解できるようになった。このようなことから人生の半分以上やってきたサッカーのことをより知りたいという好奇心からサッカーの歴史というタイトルにした。この研究論文は自分のために行う気持ちが大きいですが、私以外でも観ることよりやることの方が好きでスポーツをしている人も少なくないと思う。私がサッカーをしてきたため、サッカーについて調べているが、この研究論文を通して、自分がやっているスポーツについて調べてみようと思ったり、サッカーについて自分が知らなかったことが知れたなどと思ってくれたらいいなと考える。

【方法】

大学の図書館、市内の図書館にある文献等、インターネットを通しての調べ学習から、サッカーの起源、ルール、日本サッカーについて調べる。

【結果】

中世のフットボールのような遊びは、宗教的な意味や共同体の儀式としての性格をもったものが多いと言われ、最初は明文化されたルールはなく、古くからの決まりごとからプレーされ、制限はなかった。パブリック・スクールが中世以来のボールゲームの伝統を保ち続けたと言われている。教育システムの一環として行われていた。フットボールの「スポーツ化」がされてきたのは、1830年以降となる。学校の規律が守られるようになり、はっきりとしたルールに基づき、人格形成に役立つような「スポーツ」を目指すようになった。1860年末には、イングランド全域にサッカーが普

及し始めた。「大英帝国」が世界各地で勢力を拡大するにつれ、サッカーも世界中へと広まった。

日本で最初にサッカーがプレーされたのは横浜。東京高等師範学校から全国にサッカーが普及した。東京高等師範学校の活動が日本におけるサッカーの普及に大いに貢献し、各地に広まり、国際試合、戦争、遠征などその時代の変化に伴ってサッカーも変化し、今のようなサッカーとまで発展していった。サッカールールも同様、時代の変化、発展に伴って今のよう形となった。

【考察】

世界的に見て、日本にサッカーがプレーされたのは遅い。背景には鎖国、外国との交流が少ないことがあると考える。サッカーが広まるきっかけとしてとても大きなものだった。昔は、最初に学校の教育として組み込み、そこから全国に広まっていくという形が世界的に見ても主流だったということが考えられる。

当時の日本サッカーは歴史が浅いため、技術不足、知識不足が目立っていた。当時の政治や環境に合わせて、サッカーも変化し、発展が進んだり、後退したりしていたこともわかる。外国の関わりは、日本には、何事でもいい経験になり、発展する上で必要不可欠だったと考えられる。この時代の選手たちが世界と戦えるレベルまで成長したことが日本サッカーが世界レベルまで発展していつていることに繋がったと考える。

ルールに関しては、今の時代はネットの発展の影響でゴールラインテクノロジーやビデオアシスタントレフェリーが導入されて、主審、副審で行っていた判定が、より正確にジャッジをできるようになり、観客もプレイヤーも誤審のストレスが少なくなる。より精密なジャッジが行えたり、主審、副審の代わりに機械が審判員となることも近い未来来る可能性があると考えられる。

日本のハンドボールの強化普及に関する課題と今後の発展について

○林 直弥 (札幌国際大学スポーツ指導学科)、指導教員 後藤ゆり

キーワード：ハンドボール、歴史、発展

【はじめに】

私は、中学1年生から今までハンドボールに関わってきた。ハンドボールを始めたきっかけは見学に行った時に先輩がジャンプシュートをしている場面を見て興味を持った。そこから高校まで選手としてハンドボールをして、高校3年生で引退をしてからはハンドボールの指導とレフェリーに興味を持ち、現在はコーチングを学びながらレフェリーとして公式戦を吹いている。ハンドボールは、スピーディーなゲーム展開、素早い攻守の切り替えとダイナミックなジャンプシュートが魅力だ。ハンドボールと関わる中で、ハンドボールは国内でも古くから歴史があり各カテゴリー（小・中・高・大）の競技人口も2007年から増えつづけている。ヨーロッパではサッカーと同じくらい人気がある競技で日本国内でもメジャースポーツとしてテレビや新聞で取り上げられているのに関わらず、日本ではハンドボール日本代表クラスであってもメディアに出る機会は多くは無いのが現状だ。そのためハンドボールの認知度が低くハンドボールを続ける環境が整わず競技人口が増えない現状がある。このような事から、本研究ではハンドボールの今後の普及と発展について考察するため、ハンドボールの現状の強化と普及の課題について調べ、今後の発展に資する資料を得る事を目的とした。

【方法】

ネットや書籍でハンドボールの歴史やルール、競技人口について調査した。日本ハンドボールリーグの活動・強化方針や強化活動、日本代表の成績や北海道と沖縄の競技特性などについて調査した。

【結果】【考察】

私が日本のハンドボールの強化普及に関する課題と今後発展について調べて感じた事は、学習指導要領にも載っており教育的価値の高い競技として認められているにも関わらず、地域でハンドボールを行う機会の少なさや幼少期にハンドボールを行う場所の減少、地域でのハンドボール格差などが日本でハンドボールが普及しない理由なのかと考察した。また、日本のハンドボールプロリーグの体制も問題であり、今現在組織改革が行われており今後ハンドボールを見てもらうためにJHDTVを配信したり、ハンドボールリーグ運営組織を一新したり、シングルエンティティ方式を導入するなど協会も工夫をしていることが分かった。

特に大きい問題の地域格差については北海道と沖縄を比較した。ハンドボールを小さい頃に触れる機会が多いほどその子たちが上のカテゴリーに行き結果的に全体のレベル向上につながっているというような課題を見つげられた。そして、ハンドボールチームが各カテゴリーで多い事から他のスポーツに流れる事なく続けていることも要因だと感じた。また、沖縄には琉球コラソンというプロチームが活躍しハンドボールを周知出来ることも強い要因だと感じた。この研究を通して新たなハンドボールの魅力に気づくことが出来た。また、日本のハンドボールの課題点や改善しなければならない事についても考えることができた。そして、よりハンドボールが好きになり今後も様々な形で関わりたいと感じる事が出来た。

サッカー競技で多い怪我とその治療・対策復帰までの流れ

○根岸 航弥 (札幌国際大学スポーツ指導学科)、指導教員 後藤ゆり

キーワード：サッカーで多い怪我、捻挫、内側側副靭帯、グロインペイン症候群

【はじめに】

私は、小学2年生から今に至るまでサッカーを継続してきました。サッカーをやってきた中で多くの怪我を経験してきました。高校3年間は特に怪我をする回数が多くまた、期間も長かったです。例えば、足首の捻挫、内側側副靭帯の部分断裂、第五腰椎分離症といった色々な怪我を経験し、すべての怪我の期間やリハビリの時間を合わすと約1年間プレーをする事ができませんでした。また、復帰後も自分本来のパフォーマンスができずに苦しめられてきました。そのため本研究では、サッカー競技で多い怪我や予防、復帰までのリハビリ方法を調べ、今後スポーツをしていく人が復帰後も自分本来のパフォーマンスができるようになるためのサポートになればいいと考えています。

【方法】

インターネット、文献等を使いサッカー競技で多い怪我について調べ症状や原因、予防策（テーピングの巻き方）について調べた。

【結果】【考察】

サッカー競技は接触プレーが多く、足の骨や足関節、筋肉系と色々な部位の怪我が挙げられる。その中でもサッカー選手に多く見られる怪我で捻挫の他に、グロインペイン症候群がある。一度なると治りにくいのが特徴的な怪我の一種です。症状として、ランニング動作や起き上がり動作、キック動作など腹部に力を入れたときに鼠蹊部やその周辺に痛みが生じます。しかし、サッカー選手に多いとされているだけでそれ以外の人はならないといった保証はありません。股関節や骨盤、腰の動きが悪いあるいは、筋力が弱い。歩いたり走ったり、立ち座りや起き上がりをするときに股関節に負担がかかり、グロインペイン症候群になる場合があります。対策として、対策として股関節に少しでも

痛みを感じた場合には、安静を心がける。また、治療は、股関節だけのストレッチを行うのではなく股関節、腰、膝といった部分のストレッチを行うことです。

膝内側副靭帯は、膝靭帯損傷のうちで最も頻度が高いとされている怪我です。初期に適切な固定をすれば他の膝の靭帯損傷（前十字靭帯断裂）に比べ修復しやすいが、急性期に処置をせずに伸びた状態にした場合は、半月板損傷などの合併症を誘発してしまう恐れがあるので受傷時には適切な治療が重要とされています。発生原因としてサッカーなどのコンタクトスポーツに多く膝外側から→内側へのタックルにより関節に外反、または外旋する力が強制されたときに内側側副靭帯は過緊張し、最終的には断裂しやすくなります。また、コンタクトスポーツ以外にもスキーでの転倒時やジャンプ着地時などでも発生します。自分が実際に経験した怪我を題材にしたということもあり重症度II度の説明をします。内側側副靭帯の重症度がII度だった場合、1～2週間程度ギブスシーネやニーブレースで固定後、靭帯矯正サポーターを装着し可動域、歩行訓練を行います。膝装具は一般的には、6週間以上装着し膝の可動域と不安定性が健側と同等レベルまで改善したらスポーツに復帰ができる。しかし、スポーツ関連動作を行なった際に疼痛や膝不安定感が消失していなかった場合は、まだ復帰のレベルに達していないことからリハビリの継続が求められます。重症度がII度～III度損傷の場合は、アスレティックリハビリテーションの過程において、テーピングを用います。次に、対策としてテーピングやサポーターが効果的ということがわかりました。また、膝に不安定感が強いにもかかわらず、テーピングに頼って競技復帰することは再発につながるため注意しなければなりません。テーピングは悪魔でも膝の動きをサポートするものと理解しておくことが大事になります。

五大栄養素の概要とその活用法

○吉本 理恩 (札幌国際大学スポーツ指導学科), 指導教員 後藤ゆり

キーワード 五大栄養素、摂取量

【はじめに】

五大栄養素はヒトの健康状態を維持することやエネルギーを作成するなどの重要な役割を担っている。栄養という色々な正誤情報が飛び交う中で正しい知識と活用法について興味を持った。では、五大栄養素の概要とどの栄養素がどのような影響をどのように及ぼしているのか、またこれからの人生にどのように役立てられるかを記述していく。

【方法】

文献を使い、五大栄養素や栄養の活用法などを調べた。

【考察】

五大栄養素の欠乏とその対策について考察していく。五大栄養素はタンパク質、糖質、脂質、ビタミン、ミネラルで構成されておりそれぞれの栄養素には役割が存在する。主に身体に良い影響を与えるものが多いが、十分に栄養素を摂取できなかつたり、摂取量が多すぎたりすることで身体に体調不良や悪影響を及ぼすこともある。タンパク質が欠乏してしまうと身体各組織の本来の働きが損なわれてしまう。また、タンパク質には寿命が存在し、タンパク質を一定期間摂取するよりも継続して一定量摂取することが重要なこととなる。糖質では、欠乏してしまうと十分なエネルギーの生産ができない可能性がある。エネルギーの生産は体内の脂肪やタンパク質などからも生産されるが、グリコーゲンを含む糖質が優先的に利用される。結果として他の栄養素からのエネルギー生産を抑え、

体内の恒常性を保つうえで重要になってくる。脂質では、主な役割として、エネルギーの貯蔵、吸収を助けるなどがある。欠乏してしまうとこれらの役割がうまく機能しなくなる。だが、本来必要最低限必要な摂取量は、私たちが摂取している量より非常に少ない。おいしさや風味にも関係することから食事の質にも深くかかわっている。ビタミンやミネラルの摂取量が少ない事で皮膚の乾燥や体調が優れないことやダイエット等の食事制限、糖質制限によって十分なエネルギーが作れないことがあげられるだろう。特にビタミンCは、新鮮な野菜やフルーツに多く含まれる。欠乏症として壊血病があげられるが、身体でビタミンCを合成することができないため意識的に摂取する必要がある。また、ストレスや喫煙によってビタミンCの濃度は低下するため喫煙やストレスにはうまくかかわってきたい。五大栄養素にもさまざまな食材と種類があり、どの食材がどのような栄養素を持ち、身体にどのような影響を及ぼしているかを知る必要がある。ネット環境やニュースなどの正誤の情報が飛び交う中でどの情報が正しく、どの情報が誤っているのかを選択する必要がある。時には、野菜やフルーツに含まれている栄養素が身体に良い影響を与えるという情報があったとする。だが、身体に良い影響を与えるためには摂取しなければならない量が多すぎる場合もある。情報を鵜呑みにせず、正しい知識を選択しながら、五大栄養素を上手く生活の中に取り入れたいと考える。

陸上競技 400m の世界と日本人との競技力・パフォーマンス・戦術、 そしてコロナ渦前との競技力の変化の違いについて

○坪 空人（札幌国際大学スポーツ指導学科），指導教員名 後藤 ゆり

キーワード：400m、歴代記録、失速率、比較

【はじめに】

400mとは陸上競技場を一周する種目である。フィニッシュまで、できる限りスピードを落とさずに走りきる持久力も必要で人間の身体が最大出力での無酸素運動を維持できるのは40秒前後が限界といわれており、400mという競技は大半の競技者にとってその限界を超えた長さがある。その400mの中でも今回は日本人と海外の選手の通過タイムと区間タイムと走速度の失速率を比較する。どのくらいのタイム差と失速率の違いがあるのか研究する。またコロナウイルスが競技力にどのような影響を与えているかにも着目して研究していく。それぞれの共通点や違いを見つけ、今後の日本の400mのレベルを予測できるようになるか考察する。

【方法】

これまでの記録をもとに歴代記録の作成と2016年リオデジャネイロ五輪、同じく2016年日本選手権の記録をもとに区間タイム、区間記録を集計し、走速度失速率を算出した。集計に際してはolympics.comの映像を使用した。走速度の失速率の算出方法は100m毎の区間タイム、レース後半200mの区間タイム（以下、後半200mタイム）を算出した。また、走スピード低下率の評価指標として、レース前半200mの区間タイムと後半200mタイムの差（以下、前後半差）を算出した。前後半差は、値が小さいほどレース前半から後半への走スピードの低下が少ないことを示す。

【結果】

今回、日本で活躍している選手と世界で活躍しているトップ選手の400mの通過タイム、区間タイム、走速度の失速率の比較をしたが、通過タイムと区間タイムに大きな違いがあり、200m～300m地点では速度と記録に強い関係性がみられた。300m～400mの差については日本人と海外の選手を比べてもほとんど差が生まれていなかった。走速度の低下を比べたが、一概に大きな差

があるとは言えなかった。そのため、走力の差は大きかったといえる。選手のレース展開、レースプランによってさまざまであるといえるといえるが、100m、200m、300mでの通過タイムが速い選手のほうが上位にいるという結果も出たため選手の持っている最大質力の能力の高さが非常に重要な条件になってくると言える。

【考察】

400mの日本記録と世界記録の違いについてだが、それには大きな差があった。日本記録は高野進の44秒78に対して世界記録はウェイド・バンニーキルクの持つ43秒03であるため1.75秒のもの差がついていた。高野進は男子短距離界で日本人初となる世界陸上選手権大会、バルセロナ五輪で決勝に進出している。タイムだけで言えば世界との差は大きくあったが、その中で好記録を出して決勝ラウンドに進んだ。日本人が400mで世界と戦えるという希望を残した人物である。2022オレゴン世界陸上競技選手権大会では日本人2名が準決勝に進んでいる。若い選手であるため今後の400mに注目したい。また、通過タイムと区間タイムについてはフィニッシュタイムに影響していることが分かったが走速度の低下率に関してはタイムとの関連性はみられなかった。日本陸上選手権とリオデジャネイロ五輪のファイナリストを比較したが通過タイムと区間タイムに大きな差が生まれた。それは選手のもっている最大質力（スピード）の能力の高さの違いであり、ここが日本人と海外の選手の大きな違いであるということ調査することができた。

コロナ渦における競技力の低下についても前年と比べても大きな違いはなかった。このような環境でもパフォーマンスを向上させる選手もいた。コロナウイルスと共存しながらスポーツ活動を継続することは容易ではないが、今後もその活動に対応する能力が必要である。

陸上競技の歴史

○榎本 流成 (札幌国際大学スポーツ指導学科), 指導教員名 後藤 ゆり

キーワード: 歴史、リレー

【はじめに】

陸上競技には短距離種目や長距離種目といったトラック競技や、砲丸投げや幅跳び、高跳び等といったフィールド競技が存在している。陸上競技の短距離種目の中には個人種目や、リレーなどといった団体種目も存在している。それは長距離種目も同様である。個人種目から、複数人で行う駅伝と呼ばれる競技がある。現在の競技場はゴム製のタータンと呼ばれるもので、水捌けがよく、悪天候時でも、競技を行うことができるといった利点がある。だが、タータンが存在しなかった遠い昔の陸上競技はどういうものだったのか、陸上競技はどういった経緯で生まれたのかを魅力などを交えながら調べ考察していく。

【方法】

様々な文献を用いて陸上競技というもののルールや歴史を調査し、まとめていく。

【結果】

獲物を追って走り、川や岩を跳び、獲物に槍や石を投げる全ての動作は原始時代から存在し、それらを生活から切り離し一定のルールのもとスポーツと変えていった。それが陸上である。開会式後の最初の種目は100mであることが多く、メインイベントとして位置づけられ、それは現在の陸上競技にもそのまま受け継がれている。

リレーは「予備に備えておいた猟犬や馬」を意味する *relais*, 「中継する」という意味の *relay* を語源としている。1912年ストックホルム五輪では4×400mRが大会

のフィナーレを飾り、今日に至っている。

日本はアンダーハンドパスというものを習得し、バトンパス時の時間ロスを大幅に軽減することに成功した。

【考察】

日本の代名詞ともいえるリレーだが、一人ひとりの実力は世界で通用するほどの実力ではない。それでも世界大会では2位という好成績で、世界歴代3位の記録である。この事実だけで日本のバトンパス技術が優れているのがわかる。日本がアンダーハンドパスを習得し、そのパスを活かせるようになるまで15年かかっている。身体的に恵まれていなかったからこそ試行錯誤を重ねたどり着けたものであり、元々身体能力の優れた人種には走力以外で大幅に記録更新を狙うという発想にすら至ることが出来ないのではないかと考えた。昔の生活自体が陸上というスポーツの本質で、進化を遂げながら現在の陸上競技になっている。現在ではゴム製のタータンで行われているが、遠い昔は距離が正確ではない直走路を走るだけであり、種目も一つだけであった。だが、多少形は違えど競技が取り入れられてから現在までの間に極端なルール変更はなく、陸上競技というものが、いかにシンプルで完成された競技ということがわかる。世界記録公認制度が決められて以降、記録の平等性がより重要になったことで、天候に左右されにくく、距離を正確に設定することができるタータンが作られたのではないかと考える。

ハンドボールにおける怪我と予防方法について

○平間 直 (札幌国際大学スポーツ指導学科), 指導教員 後藤 ゆり

キーワード: ハンドボール、怪我、テーピング、ストレッチ

【はじめに】

ハンドボールは空中の格闘技と呼ばれ接触が激しいスポーツである。選手同士の接触がルール上で許されているため、防御選手は相手のシュートを阻止するため、積極的にボディークンタクトをする。激しいボディークンタクトで怪我をする選手が多い。例えば、足首、肩や腰、膝、指、太ももの怪我が多い。社会人になり競技日数が減る中、これからもハンドボールをしていく上でどのような怪我に気を付けたら良いか知ることが重要である。練習中、試合中に怪我をした場合、すぐ処置をすることができるように、本研究では、ハンドボール選手にどのような怪我が多いのか、また、その怪我に対応したテーピング法、ストレッチ法を調べる。さらに、ハンドボール選手に起こりうる怪我の部位、テーピングの使用の有無、どれぐらいの期間で競技に復帰できたかをアンケート調査により明らかにする。

怪我を予防、再発防止だけでなくパフォーマンス向上に繋がるようなテーピング法について知るとも今後スポーツをしていく上で重要であると考ええる。

【方法】

インターネットや参考書を使用して、怪我の種類、治るまでの期間、ストレッチ法、テーピング法について調べた。アンケート調査は、札幌国際大学ハンドボール部男子9人、女子14人に協力してもらい、男子8人、女子12人から回答を得た。また、アンケートについてはMicrosoft forms を使用して調査し、集計した。アンケート調査の質問項目は、性別、怪我をしたことがあるか、怪我の部位、復帰した期間、テーピングを巻くようになったかの5つの項目であった。

【結果】

怪我についてのアンケート結果は、《怪我をした部位》指9人、手首4人、肩6人、肘5人、腰4人、太もも2人、膝9人、すね2人、足首10人、その他1人であった。《復帰期間》1週間5人、1ヶ月6人、3ヶ月3人、6ヶ月3人、1年0人、それ以上2人であった。《テーピングを巻いたか》はい17人、いいえ2人であった。このことから、接触時に足首や膝、指の怪我が特に多いということがわかった。また復帰期間は人それぞれ違い、状況や期間によっては安静にせず、テーピングを巻いてプレーをしていると考える。

【考察】

アンケート結果から怪我をしたことがあるという人がほとんどだった。私が思っていたように足首、指は多く、膝は予想よりも多かった。男子は女子と違い大きい怪我ではなく数週間で治る怪我であったが、女子は、数ヶ月から1年かかる怪我であった。女子は男子と比べると、非接触型が多く急な停止や方向転換、ジャンプの着地の際に起こりやすいということがわかった。復帰期間までは、1ヶ月以内であることが多かった。復帰後は、ほとんどの人がテーピング巻くようになる。これは再発防止のためと考えられる。

今回は、ホワイトテープで固定するテーピング法ではなく、サポート・テーピングについて調べた。サポート・テーピングには、筋肉の動きを抑制・促進するという働きがあることがわかった。また、その日の調子をみて、不安な箇所があれば事前にテーピングを巻き、怪我を防止することもこれからスポーツを続けていくには大切なことだと考えられる。さらに、運動をする前には各箇所の入念なストレッチをすることが大事ではないのかと考える。

バレーボールの歴史と変遷

○木村 龍省 (札幌国際大学スポーツ指導学科), 指導教員名 後藤 ゆり

キーワード: バレーボール、オリンピック、メディア

【はじめに】

近年各競技において競技力の強化を図ると同時に、マスメディアを意識した方策が様々に行われるようになってきた。その1つに試合時間の短縮などを目的としたルール改正が挙げられるが、特にバレーボールにおいてはラリーポイントシステムやリベロ制の導入、カラーボールの使用など、他の競技と比較しても目まぐるしくルール改正が行われている。特に近年の改正は完全にマスメディアを意識したもので、各チームの現場レベルではその対応に追われているところが多い。

そこでかつて全日本女子チームが金メダル、男子チームが銅メダル（8年後には金メダル）を獲得した東京オリンピック（1964年）以降のルール改正の歴史を振り返りながら、何故その時期にルール改正が行われ、またそれによってどのように戦術が変化していったのか、多様な攻撃がどのようにして誕生したのかを考察し、今後考えられるルール改正についても予想をしていく。

【方法】

過去の試合データや参考書などからの引用およびインターネットなどでバレーボールのルール変更の歴史や多様な攻撃の誕生について調べた。

本研究では、バレーボールの起源から、今に至るまでどのような歴史をたどり、どのように多様な攻撃が誕生したのかを調べた。4年に1度のオリンピックの総会場で主にルールの改訂が行われており、ルール改訂の背景について考察した。

【結果】

バレーボールのルールはオリンピックがあるごとにルールが改訂された。ブロックの際のオーバーネットは反則ではなく、ブロックに参加したどのプレーヤーも、ブロック後のボールに続き触れることができるというルールができたことでセンターブロッカーシステムが開発され、当時の日本が、セッターとアタッカーとの距離に変化を持たせた「B. C. Dクイック」を開

発し、今までサーブレシーブからでしかみられなかったコンビネーション攻撃が、お互いのラリー中でもみられるようになった。

さらにブロックの目的も直接得点するためのものに加えて、相手のスパイクを弱めて味方に有利なボールを送るための手段としても使われるようになった。よって速攻や時間差攻撃がさらに重要視され、より高度なコンビネーション攻撃が必要不可欠となった。さらに守備における「フライングレシーブ」といった戦術を開発した。

また、メディアを意識して全セットラリーポイント制が導入され、1試合当たりの試合時間がある程度計算立てられるようになり、TV放送など途中で打ち切り、あるいは編集することで試合の結果が途中で分かってしまうということが起こらなくなった。

【考察】

以上のように技術や戦術、ゲームの様相に大きな影響を及ぼしたと思われるルール改正について振り返っていったが、その目的については大きく2つに分けることができる。まずはルール改正において、例えばコンビネーション攻撃といった攻撃戦術が進みすぎた時に攻守のバランスを取る目的で、両サイドにアンテナを立てて攻撃の戦術を狭くしたり、ブロックのオーバーネットを認めたりといったもので、新しいルールに戦術が生まれるというものであった。

今後の予想としては、まず反則を緩和してラリーを続けようという傾向があるため、アタックラインを現状より下げるなどの措置がとられると考える。また最近では日本代表が開発したフェイクセットなどの戦術が使われており、プロ選手が洗練されればされるほど戦術は多様化していくのではないだろうか。また変更されたルールに対して、いかに早く順応していくかが今後の課題となるだろう。

また、日本代表も石川祐希や西田有志など注目選手が増えてきていて、今後の活躍に期待している。