

Comité provincial liegeois Cellule Formation

Pourquoi les formes de jeux adaptées	2
Organisation	3
Jeux adaptés	4
Généralités	4.1
1contre1	4.2
Smash Volley	4.3
2contre2	4.4
Match principal	5
Points clés à observer	5.5
Grilles de jeu	5.6
3.3	6.1
3/3 Qualification championnat de wallonie.	6.2

Vous pouvez retrouver les vidéos des différentes formes de jeu sur la chaîne youtube **Volley in my Head** dans la section **Formes de jeu à effectif réduit**.

N'hésitez pas à vous abonner

2 Pourquoi les formes de jeux adaptées

De nombreuses études scientifiques ont démontré l'inadéquation entre les formes de jeux proposées à nos jeunes volleyeurs et les capacités socio-perceptivo-motrices de la majorité d'entre eux.

Actuellement moins de 10% de nos jeunes peuvent s'exprimer de manière positive, valorisante et utile dans la forme de jeu 3 contre 3 que nous leur offrons.

Il est donc nécessaire que nous replaçons nos enfants au centre de la réflexion concernant les formes d'activité que nous devrions leur proposer. C'est dans ce cadre que le comité provincial liégeois a entamé une réforme du niveau pupilles. Nous ne sommes pas isolés dans cette démarche. La FVWB, d'autres provinces francophones et néerlandophones ont réformé eux aussi les formes de jeu destinées aux enfants de cette tranche d'âge. Tous convergent vers des solutions maximalisant le nombre de contacts que les enfants peuvent avoir avec la balle, permettant à chacun de développer pleinement son potentiel et de prendre du plaisir dans son activité compétitive volley.

L'objectif des formes choisies est de permettre à tous nos jeunes de progresser dans leur sport en pratiquant un jeu à leur niveau, qui leur offre un épanouissement moteur et le plaisir d'une compétition à leur portée.

3 Organisation

Les ballons officiels pupilles pour la saison sont déterminés pour chaque catégorie et publiés sur le site internet de la province

La rencontre se déroule en 2 parties : une première partie dédiée aux jeux adaptés et une seconde partie dédiée aux formes compétitives plus standardisées.

Les jeux adaptés seront joués en trois séquences : une séquence de 1/1, une séquence de jeu de frappe, une séquence de 2/2.

Les équipes doivent être présentes 15 minutes avant le début des jeux adaptés. Un échauffement commun de 10 minutes pourra être organisé sous la direction du coach de l'équipe visitée. Prenons un match première à 11h, la planification pourrait être :

9h50-10h00 Echauffement collectif

10h05-10h20 2 matchs de 6 minutes de 1c1 en jeu adapté

10h05-10h20 2 matchs de 6 minutes de Smash Volley

10h20-10h35 2 matchs de 6 minutes de 2c2 en jeu adapté

11h00 4 sets de 12 minutes en 2.0, 2-1 ou 2-2

12h00 fin de l'activité

Le grand changement de cette saison en Pupilles est que les 4 sets du match première se dérouleront au temps en 12 minutes avec 3 minutes entre les sets.

Cela permettra de maintenir une durée d'activité plus adaptée à l'âge du notre public.

L'objectif est une activité de deux heures. Il est important pour maintenir cette durée d'organiser efficacement l'activité en n'arrivant pas trop tôt, préparant le matériel, et en facilitant la succession des formes de jeux sans trop d'interruption.

Comité provincial liegeois

Cellule Formation

4 Jeux adaptés

4.1Généralités

Objectif : faire participer la totalité des joueurs à toutes les rencontres.
Comment ?

1/ En créant un maximum de terrains

2/ En plaçant plusieurs joueurs sur un terrain.

Exemple en 1c1

1 joueur sur le terrain, l'autre en attente derrière le terrain, on change les joueurs à chaque balle en effectuant une action (lancer balle de tennis, passer entre les jambes, taper dans les mains.)

Exemple en 2c2

2 joueurs sur le terrain, un derrière, on change le joueur ayant fait la passe en effectuant une action (Voir 1c1)

3/ Si une équipe est plus nombreuse que l'autre, on peut faire jouer des enfants de la même équipe entre eux, ou les faire jouer avec plus de joueurs par terrain alors que les adversaires jouent normalement.

Exemple en 1c1

L'équipe A vient avec 3 joueurs, l'équipe B avec 5. On crée 2 terrains où 1 joueur de l'équipe A rencontre 2 joueurs de l'équipe B qui jouent en alternance et 1 terrain où 1 joueur de l'équipe A joue contre 1 joueur de l'équipe B.

4/ En créant des matchs entre joueurs de la même équipe.

Exemple en 1c1

L'équipe A vient avec 4 joueurs, l'équipe B avec 6 joueurs.
On crée 4 matchs avec 1 joueur A contre 1 joueur de B et un match avec 1 joueur B contre un autre joueur B.

5/ En mélangeant les solutions ci-dessus.

Faire évoluer l'enfant dans sa forme de jeu optimale.

Il est parfois difficile de déterminer quelle est la forme de jeu optimale pour chaque enfant. En général, il semble que les entraîneurs proposent des formes inférieures au niveau réel de l'enfant soit pour le préserver soit pour lui permettre plus de réussite. Mais nous devons aussi être ambitieux pour lui et lui proposer des défis intéressants.

..... Individualiser

Il est donc primordial d'évaluer chaque enfant individuellement et non de proposer le même niveau pour tous les joueurs de son équipe. Chaque enfant est différent.

..... Evoluer

Lorsque un enfant semble maîtriser le niveau proposé ou que le match est disproportionné en sa faveur, il est judicieux de lui proposer la forme de jeu suivante. Ce changement peut, doit être fait durant la rencontre et ne pas attendre le match suivant. De même, il est possible que l'enfant ne soit pas en forme ou que l'adversaire maîtrise trop le jeu pour qu'on lui permette de revenir au niveau précédent pour améliorer son contrôle sur le jeu. Il ne s'agit pas ici d'une régression mais d'une adaptation à la situation. L'entraîneur doit être attentif en permanence au niveaux de chaque enfant de son équipe mais aussi de l'équipe adverse et réagir en conséquence.

Si le niveau joué par l'enfant est trop faible par rapport à ses capacités, il va s'ennuyer, s'il est trop élevé il va se décourager. Le bon niveau est celui pour lequel l'enfant réussit entre 6 et 8 actions sur 10 en moyenne (renvoyer la balle de l'autre côté du filet).

Le niveau de référence peut être différent pour les 3 séries de matchs (1c1, 2c2, jeu de frappe).

Veiller à la réalisation correcte des tâches après les actions.

Le choix de ces tâches a été fait pour améliorer la motricité de l'enfant.

Une réalisation correcte lui permet de réaliser des actions motrices qu'il ne travaille pas dans le jeu. De plus ces tâches augmentent le mouvement et les déplacements proposés ce qui améliore ses capacités physiques.

Comité provincial liegeois Cellule Formation










4.21contre1

Les formes de 1/1 sont communes à toutes les divisions

Dimension des terrains 3m de large (si possible 4m de large), 4,5m de profondeur. Si les formes avec rebond posent trop de problèmes diminuer la profondeur du terrain.

Hauteur du filet 2m40






Ballon Ballon officiel pupilles (Taille normale mais plus léger)

	1A	1B	1C	1D	1E
Mise en jeu	lancé par le bas à deux mains		lancé en throw-in avec rebond au sol pour soi-même et puis passe		Passé depuis la ligne de fond
Jeu forme 1	<p>1A₁ Attraper la balle puis la relancer au-dessus du filet</p> 	<p>1B₁ Attraper la balle se la lancer à soi-même jouer une passe de l'autre côté du filet.</p> 	<p>1C₁ Laisser la balle rebondir Effectuer un dribble haut jouer une passe de l'autre côté du filet.</p> 	<p>1D₁ Laisser la balle rebondir Jouer pour soi-même en manchette laisser rebondir jouer une passe de l'autre côté du filet.</p> 	<p>1E₁ Avant le rebond Jouer pour soi-même en manchette jouer une passe de l'autre côté du filet.</p> 
Jeu forme 2	<p>1A₂ Attraper la balle, la lancer pour soi-même, L'attraper et la lancer de l'autre côté</p>	<p>1B₂ Attraper la balle lancer la balle au sol pour soi-même jouer une passe de l'autre côté du filet.</p> 	<p>1C₂ Cueillir la balle avant le rebond effectuer un dribble haut jouer une passe de l'autre côté du filet.</p> 	<p>1D₂ Avant le rebond Jouer pour soi-même en manchette laisser rebondir jouer une passe de l'autre côté du filet.</p> 	<p>1E₂ Jouer directement de l'autre côté en passe ou manchette.</p> 
Après	sauter au dessus d'un des 4 cônes				Aucun

4.3Le Smash Volley (Jeu de frappe)

Terrain 4,5m de large et 5m de long ou plus grand
2 filets (Elastiques, rubalisés) à 2 hauteurs différentes la ligne du bas est plus ou moins à la hauteur du coude bras tendu d'un joueur de taille moyenne. La ligne du haut à 2m10.

Ballon officiel pupilles

		S1	S2	S3	S4	S5		
								
Mise en jeu		Service par le bas ou le haut depuis la ligne des 3m au dessus du filet haut		Service par le bas ou le haut depuis la ligne de fond au dessus du filet haut				
K1	Reception	Attraper la balle avant ou après un rebond avancer vers le filet	Attraper la balle avant ou après un rebond Lancer	Attraper la balle avant le rebond Lancer	Reception avant le rebond			
	Passé				Attraper - Lancer			Technique volley
	Attaque				Frappe au dessus du filet bas			
K2	Defense	se lancer la balle pour soi-même	Attraper la balle avant ou après un rebond Lancer	Attraper ou jouer en techn. volley avant ou après un rebond	Jouer en techn. volley avant ou après un rebond			
	Passé				Attraper - Lancer			Technique volley
	Attaque	frapper la balle de l'autre côté.	Frappe au dessus du filet bas					
	Après		Changer de place					
Résumé		Pas de construction	Reception et defense attrapée avant ou après le rebond	Reception attrapée avant le rebond	Reception volley avant le rebond Defense libre	Passé volley Defense volley		

Comité provincial liegeois Cellule Formation

4.42contre2





Dimension des terrains 4,5m de large, 4,5m de profondeur

Hauteur du filet 2m40 - Ballon officiel pupilles

Mise en jeu : lancé par le bas à deux mains (3m ou 4,5m du filet)

ou lancé en throw-in avec rebond au sol pour soi-même et puis passe (4,5m du filet)

Un derrière l'autre, le joueur avant a un cerceau en main. Il vient déposer le cerceau au sol à l'endroit du rebond puis prend le rôle du passeur. L'autre joueur prend le rôle de receveur-attaquant

	2HoopA	2HoopB	2hoopC	2Hoop D
				
1ère touche (Réception défense)	Attraper-Lancer	Attraper-Lancer	Technique volley	Technique volley
2ème touche (passe)	Attraper-Lancer	Technique volley	Technique volley	Technique volley
3ème touche (attaque)	Technique volley	Technique volley	Technique volley	Technique volley
Cerceau	1 des joueur tient le cerceau			Les 2 joueurs tiennent le cerceau
Après	Après, le passeur passe dans le cerceau et le donne à l'attaquant			

5Match principal

Dimension des terrains 4.5m de large, 6m de profondeur

Hauteur du filet 2m10 - Ballon officiel pupilles

4 formes de jeu sont proposées. Il est primordial de participer à la forme de jeu la mieux adaptée à vos joueurs. Choisir une forme trop simple entrainera une démotivation et ne permettra pas la progression de vos joueurs. Choisir une forme trop compliquée entrainera trop de ratés et donc aussi une démotivation des joueurs. Il vous faut donc choisir la forme adaptée au niveau actuel des joueurs c'est à dire la forme où ils sont capables de renvoyer la balle de l'autre côté du filet en moyenne 6 à 8 fois sur 10.

Pas mal de petites frustrations sont apparues en championnat lorsque des équipes ne jouaient pas la forme du championnat dans laquelle elles étaient inscrites. Jouer une forme plus complexe est autorisé puisque c'est par définition plus difficile de gagner pour les joueurs qui jouent cette forme. Jouer une forme inférieure ne sera plus autorisé. En effet, il est délicat d'expliquer à des joueurs qui ont joués en respectant les règles de leur niveau qu'ils sont battus par des joueurs (même plus faibles) qui jouent des règles simplifiées. En cas de doute sur le niveau de vos joueurs, il vaut mieux s'inscrire au niveau inférieur et laisser vos meilleurs éléments jouer avec les règles du niveau supérieur.

Service depuis une ligne aux 3m, 4m50 ou 6m du filet

Service en alternance :

3 services du joueur1 de l'équipe A

3 services du joueur1 de l'équipe B

3 services du joueur2 de l'équipe A

3 services du joueur2 de l'équipe B

Le service peut être un service bas après rebond, service bas ou service haut. On doit respecter les lignes de service et donc mettre son pied ou dépasser la ligne de service que l'on a choisie au moment de la frappe de balle est une faute.





4 sets de 12 minutes sur deux terrains en parallèle

Les joueurs sont obligatoirement placés **côte a côte** pour privilégier la lecture de trajectoire sur la distance.

Si c'est nécessaire en 2.0 ou 2.1, il vaut mieux réduire la longueur du terrain plutôt que de passer à une organisation un derrière l'autre.

Ces contacts en attraper-lancer ne peuvent excéder 2 secondes

5.1 Les différentes formes

	2.0a	2.0b	2.1	2.2
				
1ère touche (Réception défense)	Attraper-Lancer	Attraper-Lancer	Technique volley	Technique volley
2ème touche (passe)	Attraper-Lancer	Technique volley	Attraper-Lancer	Technique volley
3ème touche (attaque)	Technique volley	Technique volley	Technique volley	Technique volley

Comité provincial liegeois Cellule Formation

5.5Points clefs observer

Organisation spatiale

Bien maintenir la répartition équitable du terrain entre les deux joueurs pour éviter une prépondérance trop importante d'un joueur.

Service

Le taux d'erreur au service doit être au maximum de 1/3 et on doit tendre vers 1/4.

Oser servir de plus loin.

Introduire rapidement le service tennis.

Contact – Attrapé

Respecter la durée de maximum 2 secondes, tendre vers 1 seconde. Ne pas se déplacer de plus d'un pas avec la balle en main

2ème contact

Le non-réceptionneur sprinte vers le filet et se retourne le plus tôt possible pour voir le réceptionneur. Encourager la hauteur de la passe. Faire jouer la passe vers l'extérieur du terrain et pas près du passeur

3ème contact

Jouer avec une intention tactique

Le troisième contact peut-être en passe pied au sol, en passe en suspension (avec ou sans vrai élan d'attaque), attaque pied au sol, attaque en suspension. Trop souvent les entraîneurs éludent les formes passe en suspension et attaque pied au sol. Il est important d'utiliser aussi ces formes de troisième contact.

5.6Grilles jeux 2.2 ou 2.0

Vous trouverez au verso des feuilles de match des grilles d'organisation en fonction du nombre de joueurs présents dans votre équipe. Gardez à l'esprit que si vous êtes moins de 4 joueurs, il est judicieux d'utiliser le second terrain soit pour permettre à l'autre équipe de jouer entre elle, voire avec un de vos joueurs.

63.3

Au second tour du championnat et si le nombre d'équipes inscrites le permet, le règlement provincial prévoit la mise en place d'un championnat provincial en 3 contre 3. Comme dans les différentes formes de 2 contre 2, la structure de la rencontre reste identique avec une première partie dédiée aux jeux adaptés et une seconde partie dédiée au match principal. Comme on est sensé s'adresser à des joueurs ayant une certaine maîtrise, les formes de jeux adaptés seront différentes de celles du 2 contre 2 et sont reprises ci-dessous.

L'organisation sera donc :

- 2 matchs de 6 minutes de 2c2 en jeu adapté
- 2 jeux de frappe de 4 minutes
- 2 matchs de 6 minutes de 3c3 en jeu adapté
- Match première en 3.3

Jeux adaptés

2 contre 2

Terrains de 4,5x6m - Ballon officiel pupilles - service bas obligatoire - trois touches obligatoires tout le temps - Les joueurs intervertissent leurs positions à chaque fois que la balle est envoyée de l'autre côté du filet. Chaque joueur sert à son tour (quelque soit le résultat du point)

Pour le premier set les joueurs se placeront côte à côte

Pour le second set les joueurs se placeront un derrière l'autre.

On peut jouer soit la forme 2.1 soit la forme 2.2 (explications voir 2 contre 2 (formes du match première))




Comité provincial liegeois Cellule Formation

Jeu de frappe

Terrain 4,5m de large et 5m de long ou plus grand

2 filets (Elastiques, rubalises) à 2 hauteurs différentes la ligne du bas est plus ou moins à la hauteur du coude bras tendu d'un joueur de taille moyenne. La ligne du haut à 2m10.

Ballon officiel pupilles

		S3	S4	S5
				
Mise en jeu		Service par le bas ou le haut depuis la ligne de fond au dessus du filet haut		
K1	Reception	Attraper la balle avant le rebond - Lancer	Reception avant le rebond	
	Passe	Attraper-Lancer		Technique volley
	Attaque	Frappe au dessus du filet bas		
K2	Defense	Attraper la balle avant ou après un rebond Lancer	Attraper ou jouer en techn. volley avant ou après un rebond	Jouer en techn. volley avant ou après un rebond
	Passe	Attraper - Lancer		Technique volley
	Attaque	Frappe au dessus du filet bas		
Après		Changer de place		

3 contre 3 - 3A

Terrain 6x6m - Ballon officiel pupilles - les 3 joueurs doivent se placer côte à côte - Service bas obligatoire (facile) - trois touches obligatoires tout le temps

La forme de jeu adaptée se fait sur la réception de service , ensuite le jeu est libre (position des joueurs)

Sur la réception de service (K1), les trois joueurs doivent toucher la balle. Les rôles sont déterminés par le joueur qui prend la reception : Le passeur est celui qui est à droite du réceptionneur (si c'est le joueur à l'extrême droite qui réceptionne alors, ce sera le joueur à l'extrême gauche qui prendra la passe) et le dernier joueur est l'attaquant.

Dès que la balle franchit le filet après le K1 le jeu est libre en ce qui concerne les rôles et la position des joueurs sur le terrain mais trois touches restent obligatoires.

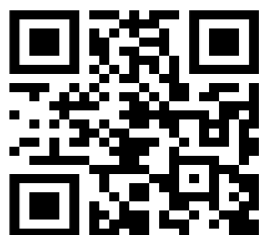
Quelques idées pour faire participer tous les joueurs

Un joueur derrière qui remplace l'attaquant à chaque fois qu'il a touché la balle.

Deux équipes qui jouent alternativement une balle sur deux

Utiliser les joueurs de l'autre équipe en surnombre pour compléter son équipe

Multiplier les terrains....



Comité provincial liegeois Cellule Formation

Match principal

Dimension des terrains 6m de large, 6m de profondeur -
Hauteur du filet 2m10 - Ballon officiel pupilles - Pas d'arrêt de
balle - On joue en 4 sets secs - Service depuis la ligne de fond
Service en alternance de chaque joueur:
les 3 joueurs de l'équipe A servent un après l'autre ensuite les 3
joueurs de l'équipe B servent un après l'autre...

Sets de 25 points.

6.2 Le 3 contre 3 - Tournois de qualifica- tion pour le championnat francophone

La qualification pour le championnat francophone se fait via une série
de tournois se jouant en 3 contre 3 suivant les règles publiées par
l'AIF.

Pour les modalités pratiques, se référer au règlement provincial des
jeunes.

Vous pouvez retrouver les vidéos des diffé-
rentes formes de jeu sur la chaîne youtube
Volley in my Head dans la section **Formes
de jeu à effectif réduit**.

N'hésitez pas à vous abonner