Zeitschrift: Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Band: 13 (1956)

Heft: 3

Artikel: Le volley-ball : un jeu d'équipe [suite]

Autor: Metzener, André

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-996759

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Le Volley-ball: Un jeu d'équipe

André Metzener

Plus nous observons la façon de pratiquer le volley-ball chez nous, dans de nombreux milieux, et plus nous avons la conviction que l'on est «à côté» du vrai sens de ce jeu, que l'on n'en a pas encore saisi la véritable valeur et la signification du jeu d'équipe. On le conçoit encore presque seulement comme amusement, dérivatif, ou passe-temps. On attribue beaucoup trop d'importance aux actions individuelles, parfois brillantes, il faut le reconnaître; et la seule réaction rapide, lorsqu'elle n'est pas un geste de défense personnelle, est de renvoyer la balle de l'autre côté du filet. Les interruptions sont de ce fait beaucoup trop fréquentes (balles au filet ou loin en-dehors des limites) et l'intérêt, donc l'attention, se relâchent, et nous voyons des rêveurs créer à tous moments des «trous» dans les équipes.

Pour remédier à cet état de choses et pour améliorer la qualité du jeu, nous pouvons:

I. Dans le jeu lui-même

modifier certaines règles ou en créer de nouvelles afin d'obtenir le résultat recherché.

Exemples:

a) Service depuis un endroit suffisamment rapproché du filet pour être sûr que la balle soit mise en jeu sans faute. (But: éviter les éternelles rotations, sans phase de jeu, sur service manqué. Mais ne pas chercher à marquer de point grâce à ce service facilité).

c) Obligation d'utiliser toujours les trois frappes possibles. (But: les joueurs s'habituent à compter les frappes et sont amenés à observer que la deuxième passe doit absolument envoyer la balle à un joueur près du filet).

b) Obligation de frapper la balle à deux mains à hauteur de tête au minimum. (But: meilleur contrôle de balle, passes en cloche donnant au partenaire le temps d'intervenir).

Fig. 2a

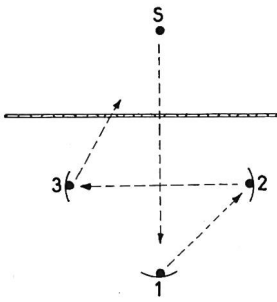
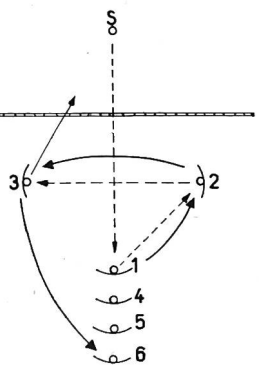


Fig. 2b



Légendes:

- → = Trajet de la balle

———————————→ = Trajet du joueur

(● ———————————→ = Orientation du joueur

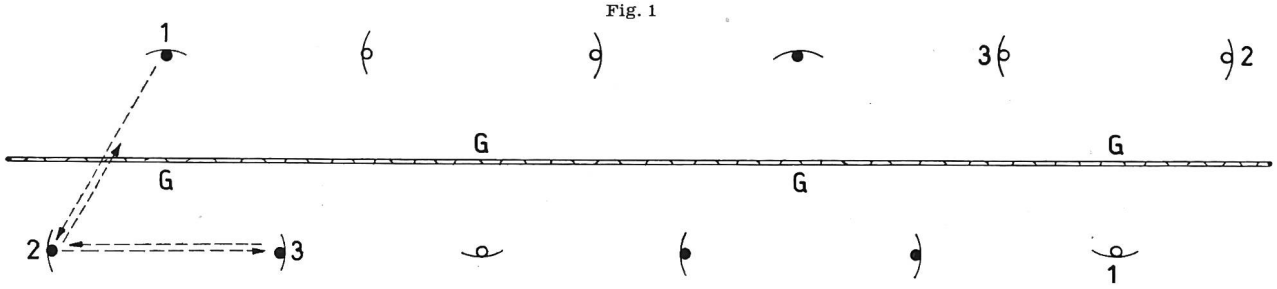
II. Utiliser d'autres formes

que le jeu lui-même. Afin d'améliorer la technique individuelle pour arriver à un minimum de jeu d'équipe, il est indispensable de consacrer un peu de temps à des exercices de technique d'équipe. (Certains auteurs d'exercices «prétactiques»). La bienfacture du jeu s'en ressentira très rapidement si l'on essaie ensuite systématiquement d'appliquer ce qu'on aura exercé.

Voici quelques formes d'exercices de technique d'équipe:

1 n'est là que pour servir la balle, 2 et 3 se font face, ligne des épaules perpendiculaire au filet.
1 passe à 2 d'abord en passe de basket (passe lancée, trajectoire en cloche) puis, plus tard en passe de volley (frappe à 2 m., trajectoire en cloche).
2 passe à 3 (première frappe, à deux mains)

Fig. 1

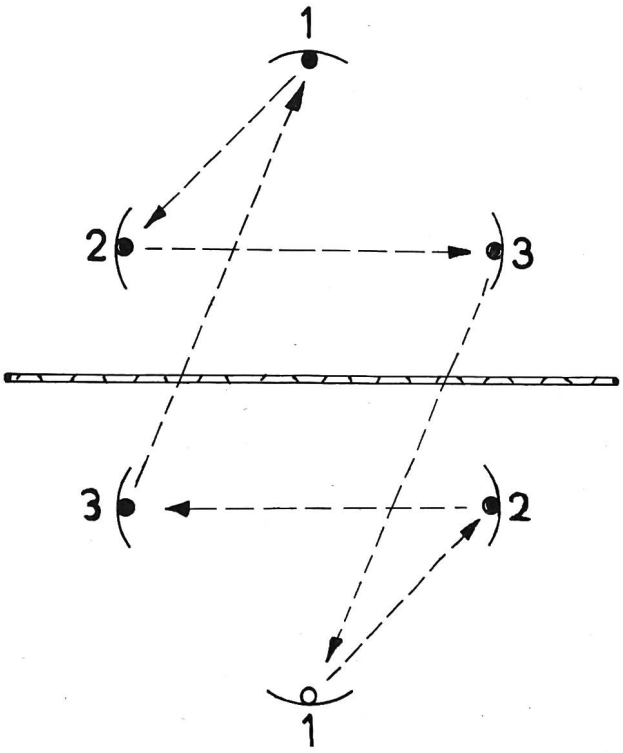


3 passe à 2 (deuxième frappe, à deux mains)

2 frappe la balle d'une main (troisième frappe) en direction de 1 (smash).

Il est à noter, au début surtout, que pour smasher de la main droite, il faut avoir l'épaule gauche du côté du filet. C'est pour cette raison que 2, qui devra frapper lors de la troisième fois, est à gauche. Cette forme est très pratique. En effet, si l'on possède plusieurs balles, on peut disposer

Fig. 3



les équipes en quinconce, avec par exemple comme filet, une corde tendue dans le sens de la longueur de la halle ce qui permet un très bon rendement du travail (voir fig. 1).

Dans le cadre de chaque équipe de trois, les joueurs changent de place (rotation), afin que chacun exerce, passe et smashe. Cette rotation peut se faire au bout d'un certain temps, ou après chaque série de trois frappes.

B u t : compter trois frappes, passer à trajectoire en cloche, smash.

2. Même exercice que ci-dessus, mais avec trois joueurs d'un côté au lieu de deux (voir fig. 2a).
S sert la balle à 1 (passe de basket)
1 passe à 2; 2 passe à 3; 3 smashe.
B u t : retour de l'arrière à l'avant par passe oblique (et non perpendiculaire au filet); passe parallèle au filet; smash. Si l'on possède plusieurs balles, on peut ainsi disposer plusieurs équipes le long du filet.

Si l'on n'a qu'une balle, ou bien si le moniteur veut pouvoir mieux contrôler et corriger, la deuxième formation est très avantageuse. Le trajet du ballon est le même, mais chaque fois les joueurs changent de place (au pas de course, cela donne plus de vie). (Voir fig. 2b.)

1 va prendre la place de 2; 2 prend la place de 3; 3 va derrière la colonne.

3. Le même exercice peut encore se faire avec 2 équipes de 3 joueurs. Nous avons alors de multiples possibilités de varier cette forme (voir fig. 3).

Le but est toujours le même: retour de l'arrière à l'avant par passe oblique, puis passe parallèle au filet. Donc 1 passe à 2, 2 passe à 3, 3 frappe à une main en direction du No 1 adverse.

1ère variante: 1 bloque la balle puis la donne à 2 en passe de basket.

2e variante: 1 bloque la balle, puis la donne à 2 en passe de volley (à 2 m., trajectoire en cloche).

3e variante: 1 ne bloque plus la balle, mais la frappe normalement. Pour assurer une certaine continuité, il faut que 3 ne cherche pas à marquer un point mais passe la balle sur le 1 adverse.

4e variante: Comme les trois premières, mais aussitôt après avoir passé la balle, le joueur change de place: 1 va en 2; 2 en 3 et 3 en 1.

Cette variante donne beaucoup de vie, mais exige une grande attention, de la rapidité dans le déplacement et aussi une bonne technique dans la frappe de la balle.

4. **Exercices dans le cadre d'une équipe complète**
Dans le cadre d'une équipe, chaque joueur a un rôle assez précis et facile à définir, donc à exercer. Voyons les différentes possibilités lorsque la balle arrive sur 1 des 3 joueurs de l'arrière, et, afin de les exercer systématiquement, nous aurons toujours la ligne complète des 3 avants, mais 1 seul des arrières sur le jeu duquel nous pourrons porter notre attention. Insistons encore une fois sur l'importance de ces deux points (voir fig. 4):

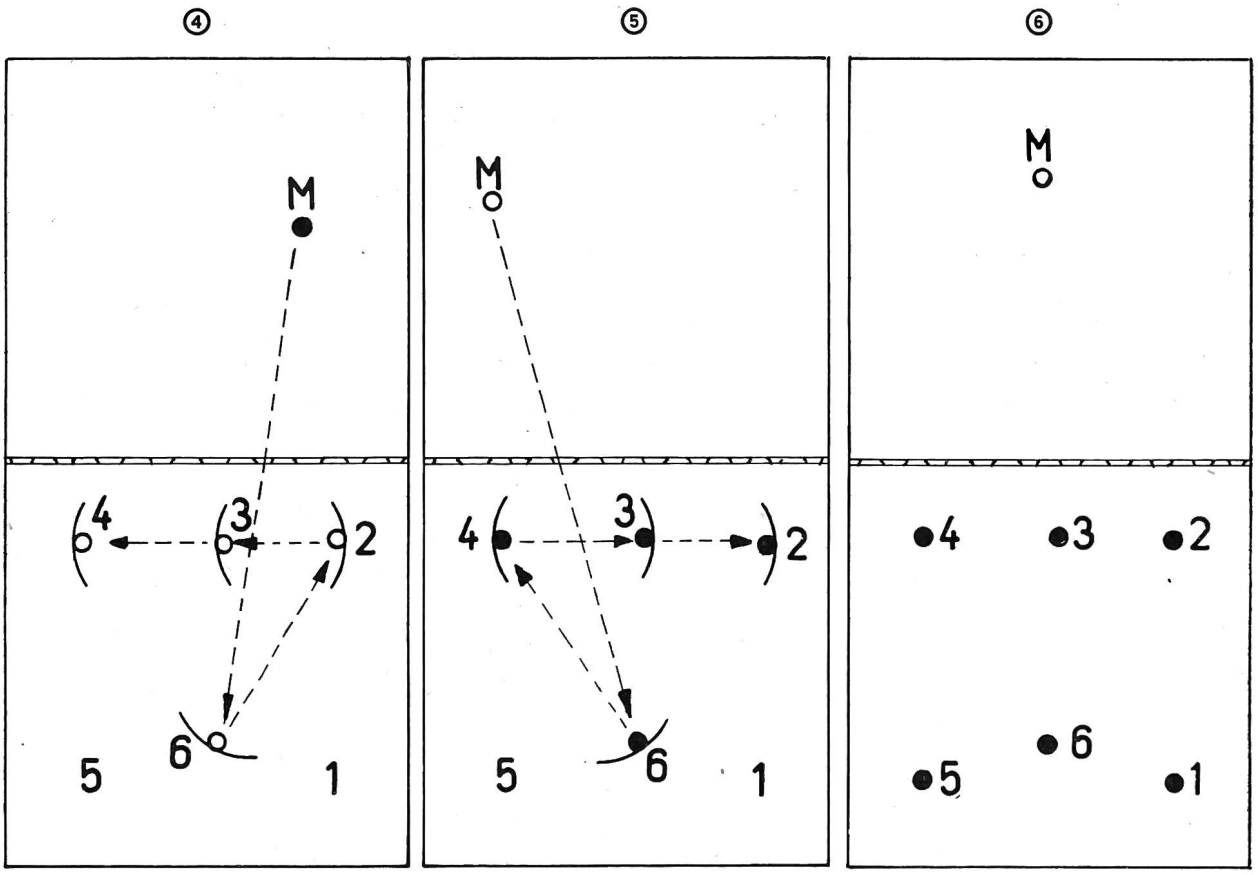
a) l'arrière doit toujours passer en oblique sur la ligne des avants, et non pas perpendiculairement au filet.

b) le joueur qui passe la balle à un partenaire doit se tourner face à ce partenaire pour frapper la balle.

Travail de l'arrière central (No 6 dans l'équipe).

Fig. 4: — M passe à 6 (passe de basket)
— 6 passe à 2
— 2 passe 3 (ou à 4) qui frappe la balle en direction de M.

Fig. 5: — M passe à 6 (basket)
— 6 passe à 4
— 4 passe à 3 (ou 2) qui frappe la balle en direction de M.

Fig. 6: Travail de l'arrière-aile (no 6 dans l'équipe)
M passe à 5
5 peut passer à 2
2 peut passer à 3 ou à 4
5 peut passer à 3
3 passe à 4
M passe à 1
1 peut passer à 4
4 passe à 2 ou à 3
1 peut passer à 3
3 passe à 2

5. **Forme avec deux équipes complètes**
Pour pouvoir appliquer ce que l'on vient d'exercer, il faut donner aux joueurs le temps de réfléchir. Pour cela, le joueur arrière qui reçoit la balle la bloque, et avant de continuer le jeu, annonce laquelle des deux possibilités de passe sur la ligne avant il va utiliser.