

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 42 (1985)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Le volleyball, c'est comme les échecs, mais ça se joue à 130 à l'heure!  
**Autor:** Hotz, Arturo  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-998560>

### **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**

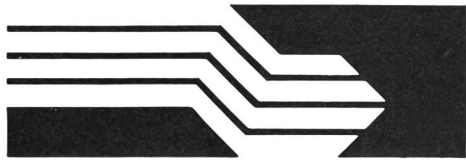
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 29.01.2026

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



## Le volleyball, c'est comme les échecs, mais ça se joue à 130 à l'heure!

Arturo Hotz

Traduction: Martine Rebetez

*Les cours centraux J + S, qui se déroulent chaque année à Macolin, sont de véritables cours de perfectionnement réservés aux experts J + S, ainsi qu'aux entraîneurs supérieurs de la FSVB.*

*Depuis 5 ans, leur thème central porte sur l'analyse des facteurs psychologiques de la conduite motrice.*

*La complexité de cette approche ne fait aucun doute, et elle devient plus évidente encore lorsque l'on peut se référer à d'autres écoles et à leur terminologie.*

*Pour bien saisir ces nuances, nous avons invité, à l'EFGS, différentes personnalités, qui nous ont exposé le résultat de leurs réflexions. H. Jenter et R. Schumann (RDA), influencés par les théories soviétiques, R. Schmitt (France), plutôt empirique, J. le Boulch (France), véritable chercheur, le regretté F. Anderlini (Italie), entraîneur au grand cœur, humaniste pour qui la prise de conscience était aussi une affaire de sentiment et non seulement de raisonnement, C. Pitterra, enfin, véritable Machiavel du «pallavolo».*

*Les entraîneurs suisses sont familiarisés, actuellement, avec ces démarches fondamentales relatives à l'apprentissage du mouvement. Je pense que, à l'issue de ce dernier cours, il sera possible d'élaborer une conception bien structurée et d'envisager son application en fonction des aspirations qui nous animent.*

*Carmelo Pitterra, conférencier de ce dernier cours, a su fasciner son auditoire. Auteur de plusieurs ouvrages, dont «Pallavolo, dentro movimento», véritable petite bible des conduites motrices spécifiques, il est responsable technique à la FIPAV, à Rome, après avoir été entraîneur de l'équipe nationale italienne, vice-championne du monde en 1978.*

*Arturo Hotz propose, ci-après, un condensé de ses différentes interventions.*

*Arturo Hotz est, dans notre pays, un pionnier de tout ce qui touche aux principes de l'apprentissage du mouvement. Théoricien éclectique, conférencier enthousiaste, il connaît parfaitement la langue italienne, ce qui lui a permis d'aider les participants à vivre avec profit trois jours d'intenses réflexions.*

*(Jean-Pierre Boucherin, chef de la branche volleyball)*

### Le plus important, ce n'est ni la technique, ni la condition physique...

Il y a une vingtaine d'années, alors que le volley en était à ses débuts en Suisse, on pensait qu'il s'agissait d'un sport nécessitant un bagage technique très important et, de ce fait, peu adapté aux besoins des jeunes et des écoles en particulier. Or, le temps d'une génération et la FSVB a vu le nombre de ses membres croître de manière tout à fait exceptionnelle et, aujourd'hui,

un entraîneur italien du nom de Carmelo Pitterra vient nous dire: «En volleyball, la technique est certes très difficile mais, comparée aux autres facteurs, elle ressemble à un jeu d'enfant».

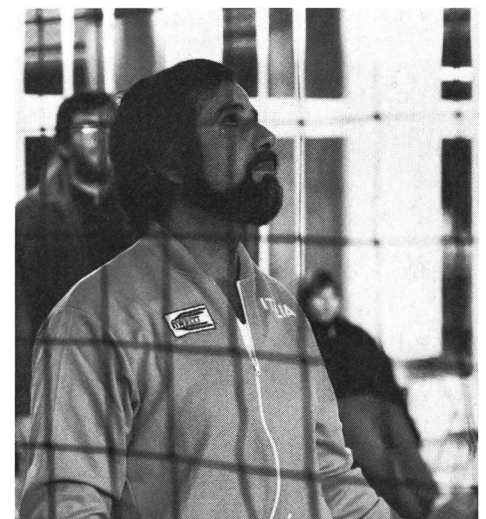
Oui, le volleyball peut fort bien être considéré comme un «jeu d'enfant», ce qui implique que, pour jouer, il n'est pas absolument nécessaire d'être au bénéfice d'une technique parfaite. Pourquoi?

La réponse est simple: au volleyball, on joue non seulement avec ses bras et ses jambes, mais surtout avec sa tête. Ce qui

compte avant tout, c'est de se trouver quand il le faut au bon endroit, pour y attendre le ballon et le placer, dans le camp adverse, là où il n'y a personne. L'observation est une des composantes importantes du volleyball. Bien plus que d'avoir une bonne condition physique, bien plus que de disposer d'une excellente maîtrise technique, il faut être capable de percevoir les informations utiles, de les gérer convenablement, afin de pouvoir, ensuite, prendre rapidement les décisions qui s'imposent.

### ...mais l'anticipation!

Dans un match, celui qui fait un plongeon réalise sans doute quelque chose de particulièrement spectaculaire; malgré tout, il est bien obligé de reconnaître qu'il a commis une erreur. Pitterra: «En volleyball, la condition physique et la technique sont là avant tout pour essayer de compenser les fautes commises dans le domaine de la perception ou de l'anticipation.»



*Carmelo Pitterra n'est pas prisonnier d'idées préconçues.*

Ceci ne va pas forcément de soi: les entraîneurs qui ont reçu une formation traditionnelle s'efforcent, depuis des années, de faire en sorte que leurs joueurs arrivent à mener une attaque ou à exécuter une roulade correctement, même si leur état de fatigue est avancé. Mais Pittera arrive à nouveau avec d'autres théories: pour lui, l'action en soi ne constitue toujours qu'une deuxième phase. Il faut d'abord être capable de percevoir les choses à temps; l'apprentissage de l'anticipation doit donc se faire suffisamment tôt. Mais qu'est-ce que l'anticipation? La réalisation, en vue d'une situation future, soit d'un geste important parce que risquant d'avoir des conséquences positives, soit d'une combinaison d'attaque de l'adversaire.

En anticipant, on pense «avant terme», gagnant ainsi un temps qu'il s'agira, alors, de mettre à profit. Le temps de réaction normal dont on dispose entre une attaque et une forme de défense quelconque, n'est pas suffisant pour permettre à un joueur de réaliser, par exemple, un bloc «préparé», plutôt qu'un bloc «réflexe». L'anticipation et la réaction adaptées à une situation doivent être combinées, si l'on tient à faire en sorte que l'action aboutisse à un résultat positif. Voilà qui semble logique. Mais comment l'entraîneur parviendra-t-il à faire «passer» ces notions, à transmettre ces éléments essentiels? Comment apprendra-t-il à ses joueurs à agir juste au bon moment, alors que l'âge de chacun joue aussi un rôle important?

Une image nous permettra de mieux mettre en évidence la pertinence de ces questions: les capacités techniques et la condition physique déterminent la qualité d'exécution d'une action; elles sont donc d'ordre exécutif. Or, comme dans le domaine politique, l'«exécutif» a besoin du «législatif», qui lui transmet un programme et des direc-

tives. C'est le législatif qui, après avoir reconnu une certaine situation, l'analyse et l'interprète, puis indique les mesures à prendre en proposant différentes alternatives et en donnant tous les détails nécessaires. En volleyball, le processus d'anticipation correspond au travail de base fourni par le «législatif». Ceci démontre un principe fondamental: sans anticipation, la technique et la condition physique sont réduites à des actes basés uniquement sur la réaction, ce qui a pour conséquence qu'une action se fait toujours, en pareil cas, en catastrophe. En d'autres termes, l'anticipation permet «de prévenir plutôt que de guérir».

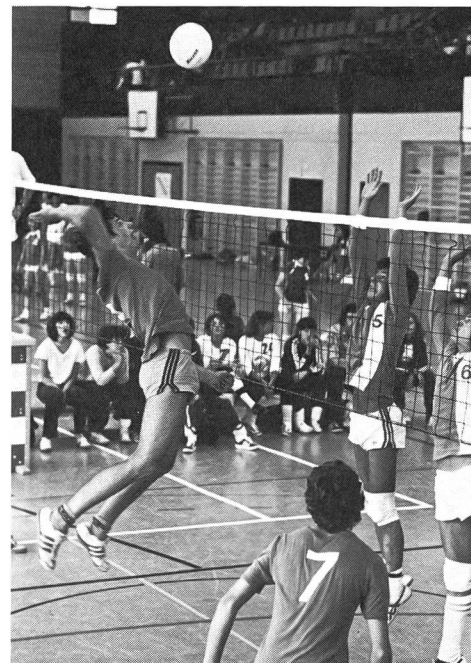
### Percevoir, juger, agir!

Le processus d'anticipation dépend étroitement de la somme des événements qui déterminent chaque mouvement; ceux-ci sont généralement très mal reconnus, et on en tient très rarement compte dans les entraînements que nous connaissons: «Une action de jeu implique un processus compliqué de choix de réactions dans le cadre duquel les exigences en perception et en gestion d'informations constituent un ensemble très complexe», écrit Zimmermann (1982). «Aucune des actions que le joueur entreprend ne peut être clairement définie avant d'être commencée. Elle doit être continuellement adaptée, car elle est liée à toute une série de facteurs, tels que le comportement des coéquipiers, les mouvements du ballon, la position; elle dépend aussi – et surtout – des adversaires, qui constituent un facteur négatif dans le sens où ils s'efforcent, par définition, de l'empêcher ou de la gêner.

Dans chaque situation, il y a toujours différentes actions possibles. Le joueur doit choisir très rapidement la meilleure, puis

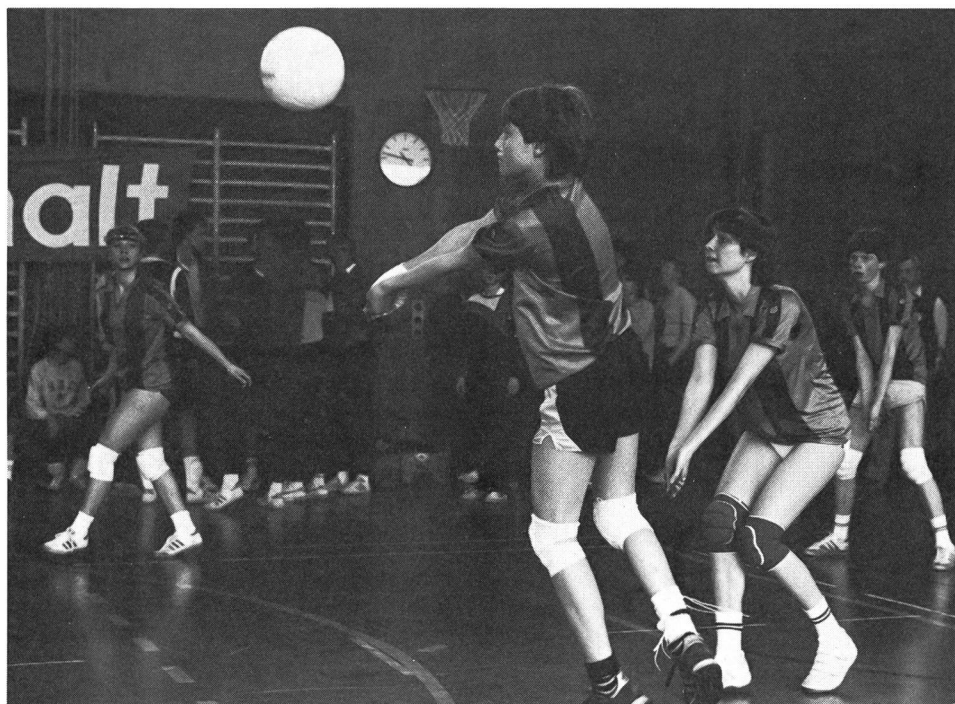
l'exécuter avec précision, en résolvant tous les problèmes de motricité qu'elle implique et ceci, sans exception, en tenant compte de la pression permanente qui caractérise ce type de sport. La situation du jeu se modifie sans cesse. Le joueur doit donc enregistrer et gérer, en cours d'action, de nouvelles données et les utiliser soit pour adapter l'évolution du jeu en fonction de la situation du moment, soit pour modifier lui-même cette situation en sa faveur.»

Il est évident, dans ce contexte, que toute une série de fonctions coordonnatrices, telles que la faculté de réaction et de déplacement, la capacité de discernement, l'orientation spatio-temporelle, l'équilibre et le «timing», ont un rôle déterminant à jouer.

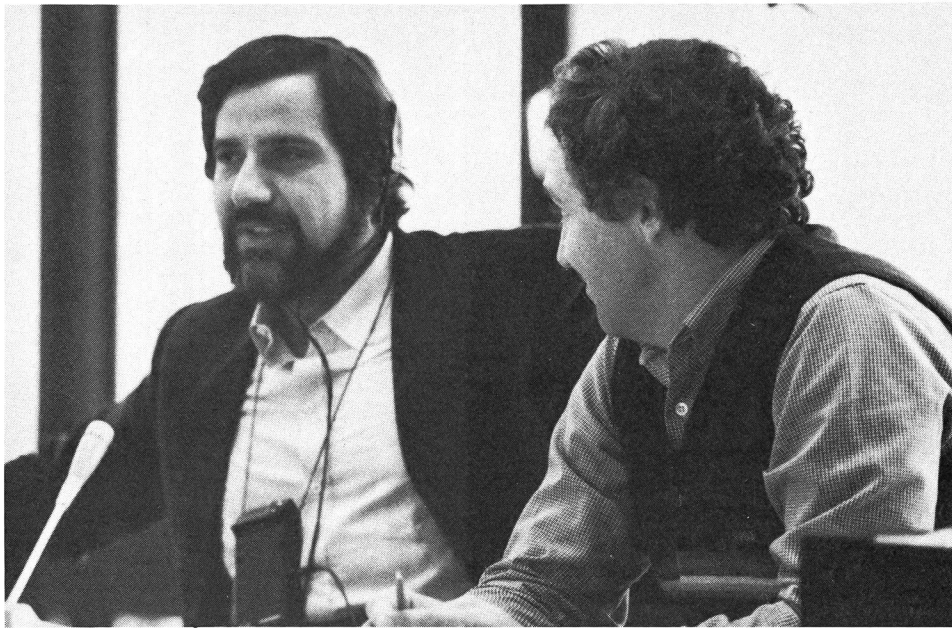


On oublie souvent, durant cet apprentissage, que le point essentiel de la coordination réside dans l'orientation vers un but bien défini. Une fois encore, si l'on veut améliorer la coordination, le travail relatif à une bonne exécution des mouvements est moins important que celui qui a pour but de développer les facultés de perception. Pour y parvenir, il s'agit d'apprendre à observer les mouvements et les comportements de l'adversaire comme ceux de ses coéquipiers (ainsi que les siens propres), à prendre conscience des critères déterminants d'une situation (au moyen d'une sorte de liste de pointage en partie intuitive, mais surtout orientée vers une reconnaissance consciente des événements), à organiser sa réflexion de telle sorte que le diagnostic de la situation amène un pronostic différencié servant de base aux décisions à prendre, aux alternatives à envisager et au choix de la réalisation finale.

Il découle de ce qui précède que la capacité d'anticiper remplit une fonction cognitive extrêmement importante. En effet, l'expérience (tentatives et fautes) permet de bâtir des schémas d'anticipation qui détermi-







Carmelo Pittera (à gauche) en conversation avec Arturo Hotz.

nent l'observation (sélection des objets de l'attention), ainsi que la perception consciente ou inconsciente des informations utiles pénétrant dans un champ de vision qui va en s'élargissant. Les limites de la prise en charge et de la gestion des informations, de la planification et de la réalisation des actions liées à une rétroaction ininterrompue sont toujours en constante progression grâce à la fonction cognitive de la faculté d'anticipation. On ne saurait donc isoler le processus en le sortant de son contexte.



### Conclusion: une conception différente de l'entraînement

Plus le niveau est élevé, plus les facultés de perception constituent un élément déterminant de la performance. De manière générale, elles sont au moins aussi importantes que les facteurs que l'on entraîne traditionnellement, à savoir l'ensemble des éléments liés à la technique et à la condition physique.

La technique n'a de sens que dans la mesure où elle peut être intégrée dans un contexte qui va plus loin que la situation immédiate. En d'autres termes: pour pouvoir agir juste et au bon moment, il faut pouvoir observer assez tôt situation, adversaires et coéquipiers, aussi bien dans l'ébauche d'une action que dans son évolution dynamique, il faut pouvoir les reconnaître et les comprendre, dans le but d'organiser et de mener à bien de façon optimale son propre comportement technique et tactique.

L'apprentissage précoce et l'entraînement régulier de la faculté d'anticipation n'excluent nullement une formation technique de base. En effet, c'est seulement en s'appuyant sur une technique solide que l'anticipation appliquée pourra véritablement porter ses fruits. Le phénomène est comparable à l'entraînement tactique: le raisonnement tactique (duquel l'anticipation se rapproche fortement) doit toujours être intégré très tôt à l'apprentissage technique.

Lorsqu'un joueur comprend une situation, il l'interprète comme un stimulus qui déclenche sa mise en mouvement. On constate donc, d'une part, que la situation et le mouvement entretiennent un rapport dialectique et, d'autre part, que dans sa structure, le mouvement idéal est toujours étroitement lié à la situation.

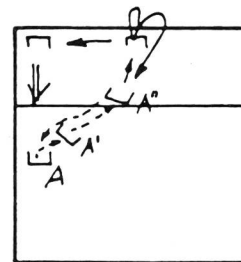
Tout jeu de balle et de ballon rapide comportant de nombreux changements de position constitue une préparation idéale à la

pratique du volleyball. En effet, le joueur y apprend à se trouver, à l'avance, là où doit venir le ballon. C'est la base de la réussite dans ce sport.

*Ceci dit, n'est-il pas juste d'affirmer que l'on joue au volleyball comme on joue aux échecs, mais à 130 à l'heure!?*

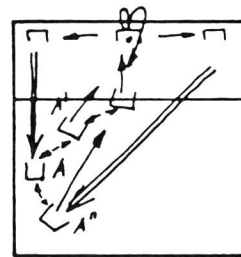
### Série d'exercices défensifs: C. Pittera

Les facultés intellectuelles ou la rapidité d'anticipation, en d'autres termes, le temps nécessaire pour reconnaître une situation, la juger et y réagir, constituent un élément défensif capital.



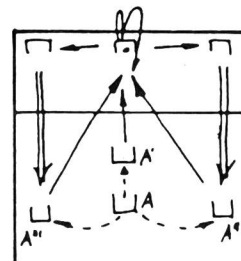
Exercice 1: défense de la position 5

- jonglage → feinte
- passe en position → attaque ligne



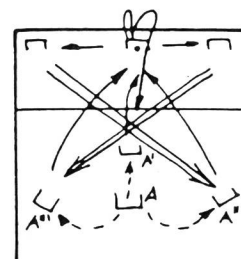
Exercice 2: défense de la position 5

- comme ci-dessus
- possibilité de faire une feinte ou une passe en position 2/position 4, soit attaque diagonale/attaque ligne



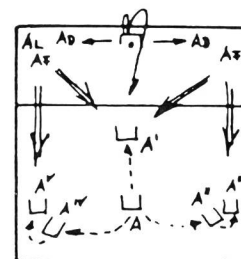
Exercice 3: défense de la position 5

- compensation



Exercice 4: défense de la position 5

- doublage des diagonales



Exercice 5: perception et mémoire

- la défense se fait en fonction de l'attaquant («A» diagonale/«A» ligne/«A» feinte).