

## Formation Volley Ball

31 Inscrits  
21 Présents

### Objets du stage:

Proposition d'une progression pédagogique  
Amélioration de la lecture de la motricité des élèves  
Echange de pratiques des enseignants  
Conseils techniques et exercices divers

### Organisation:

8h-12h: De la passe à 10 doigts au smatch  
13h-16h: Les différentes pratiques collectives possibles en fonction des objectifs de la classe

### LE MATIN:

- Introduction
- Analyse du comportement typique du débutant
- Proposition d'une progression pédagogique basée sur l'apprentissage de la passe.

### La passe:

- Arrêter de se faire mal: pouces / épaules
- Apprendre à lire une trajectoire de balle simple
- Apprendre à se déplacer et à être équilibré à l'impact
- Apprendre à effectuer une trajectoire haute et non tendue

Divers exercices de manipulation individuelle  
1C1 3 touches de balle  
1C1 3 touches construites

Que faire avec le grand débutant en échec?  
Divers exercices progressifs  
Comment impliquer l'élève en difficulté dans le projet collectif des meilleurs ?

Exercices de progression pour la construction du jeu collectif en 3 touches

- Sur réception de balles lancées: je joue haut et devant le passeur
- Sur l'orientation du passeur face à sa cible c'est à dire devant l'attaquant et non sur lui
- Le non réceptionneur attaque
- Jouer court / jouer long
- Jouer derrière

Comment reconstruire les acquis sur balles servies et non plus lancées ?

Apports techniques sur les autres gestes techniques du volley abordés mais pas forcément évalués: la manchette, le service, le smatch.  
Divers exercices et conseils techniques.

## L'APRES MIDI

Quelle forme de jeu est adaptée en fonction du niveau ou des objectifs visés?

- Le 1C1 vu le matin: travail technique individuelle
- Le 2C2: un devant / un derrière: la construction (2 ou 3 touches)
- Le 3c3, 4c4: vers une organisation collective simple en attaque et défense.

Reprise des objectifs du matin: jouer court / jouer long / jouer derrière

Fondamentaux de la défense: à quoi sert un contre ? comment se positionner en fonction

- Le 6c6 présentation sommaire d'une organisation plus complexe.

Bilan: Discussion avec les collègues. Diverses propositions dont celle de remettre par écrit l'ensemble des exercices proposés...

Autre proposition: si la formation doit se refaire (un certain nombre absents excusés et éventuellement intéressés) filmer l'intervention si accord des participants.

Merci à Lohann, Gwénael et Samuel, anciens élèves et/ou jeunes entraîneurs martiniquais venus aider à l'animation des exercices proposés.