Cahier de l'entraîneur 3|12
présenté par asics

Former des spécialistes en 6-2

Le système de jeu 6-2 se prête idéalement à la formation spécialisée graduelle de tous les joueurs. Mais le système offre aussi de nombreuses possibilités intéressantes aux équipes qui ont déjà misé sur la spécialisation.

Au seuil de la spécialisation, nous autres entraîneurs, nous nous retrouvons une fois de plus face à un changement de système de jeu. A ce point, idéalement, le développement du jeu de l'équipe suit déjà un fil rouge. Soit les joueuses ou joueurs sont déjà familiarisés avec le système 6-6 qui fait d'eux de parfaits généralistes (v. cahier de l'entraîneur 2009-4), soit ils maîtrisent le système 6-3, qui prévoit un premier pas vers la spécialisation du passeur (v. cahier de l'entraîneur 2011-4).
Cette fois-ci, l'entraîneur n'aura pas à choisir car, quel que soit le chemin emprunté auparavant, le système de jeu 6-2 est parfait pour aborder la prochaine étape du développement du jeu. Nous devons seulement veiller à ne pas spécialiser tous les joueurs et tout le système d'un seul coup. Il est bien plus judicieux (et plus simple) d'amener la spécialisation pas à pas, du passeur au réceptionneur, en passant par l'attaquant (v. fig. 1). Dans cette «politique des petits pas», chaque étape est pour les joueurs à la fois logique et compréhensible, et donc rapidement intégrable. Au final, le processus d'apprentissage est plus rapide, plus ordonné

Dans la présente édition

Chère lectrice,
Cher lecteur,
Le 6-2 est à mes yeux le système de jeu idéal pour spécialiser pas à pas les joueurs sur toutes les positions. Mais le 6-2 ne se limite pas à des fins de formation, tant s'en faut. Même une fois les spécialisations acquises, de nombreuses équipes seraient bien inspirées de préférer ce système au 5-1. Dans la présente livraison du cahier de l'entraîneur, nous vous proposons quelques pistes de travail qui exploitent le système de jeu 6-2.
Je vous souhaite bonne lecture, en espérant que vous pourrez en tirer quelques conseils utiles dans votre quotidien d'entraîneur.

Markus Foerster
training@volleyball.ch

Photo: FIVB

Impressum

Chef de rédaction	Markus Foerster
Auteur	Markus Foerster
Mise en page et photos	Markus Foerster, FIVB
Email	training@volleyball.ch

et plus solide qu'avec un petit nombre de très grands pas.

Pourquoi pas directement le 5-1?

Comme l'objectif visé est de procéder par petits pas, le 5-1 n'est pas du tout adapté (ou en tout cas moins adapté) pour l'étape de formation en question. Avec le 5-1, toutes les positions et les rôles doivent être spécialisés d'un seul coup. Dans le système 6-2, au contraire, le degré de spécialisation peut être poussé selon toutes les variations imaginables, et donc adapté au niveau de formation et aux capacités – même individuelles! – des joueurs. Le principe vaut aussi pour les nombreuses possibilités qui s'offrent en matière d'organisation de la réception et de l'attaque.
Une autre raison qui plaide pour le 6-2 est que, dans ce système, les joueurs continuent de recevoir une formation universelle malgré la spécialisation. Les passeurs, par exemple, sont toujours appelés à jouer un rôle à la réception et en attaque, ce qui laisse la porte ouverte pour d'autres positions. On trouve ainsi d'excellents pointus (en 5-1 par la suite, bien entendu) qui peuvent sans problème assumer le rôle de passeur – et inversement.
De plus, le 5-1 n'est pas forcément un objectif en soi: le 6-2 est aussi un excellent système de jeu pour les équipes de niveau intermédiaire (jusqu'en 2L/1L en Suisse) qui ont des ambitions. Un grand nombre d'équipes jouent en 5-1 par manque de passeurs, ou par volonté de reproduire le jeu observé au plus haut niveau. Le jeu en vaut toutefois la chandelle uniquement si l'équipe dispose d'au moins un passeur hors pair, faute de quoi on est plutôt mieux servi en optant pour le 6-2.

Classe mondiale en 6-2
Les Cubaines nous montrent la voie: il est aussi possible de gagner de grands titres avec le système de jeu 6-2. L'équipe nationale cubaine a dominé le volleyball féminin de la tête et des épaules entre 1992 et 2000 (3x l'or olympique, 2x l'or mondial) bien que (ou précisément parce que) c'était la seule équipe de classe mondiale à s'aligner en 6-2 – et c'est d'ailleurs encore le cas aujourd'hui.

Fig. 1 Ordre de spécialisation

Quels éléments sont nouveaux?

En comparaison avec le système de jeu 6-6 (idéalement avec pénétration en 1) ou 6-3, le répertoire tactique du 6-2 est complété par divers éléments plus ou moins nouveaux en fonction des connaissances acquises dans les systèmes de jeux appliqués préalablement:

- spécialisation à la passe (seulement 2 joueurs sont passeurs)
- nouveaux déplacements pour les passeurs en pénétration: en 1 (éventuellement déjà connu), en 6 et en 5
- C1: le passeur est toujours un joueur arrière ➞ toujours trois attaquants au filet
- C2: la passe est si possible faite par le passeur de la zone arrière ➞ le plus souvent trois attaquants au filet
- permutation simple au filet (le passeur au filet va en pos. 2, les deux autres joueurs au filet se décalent)
- permutation simple dans la zone arrière (le passeur arrière va en pos. 1, les deux autres joueurs arrière se décalent)
- réception à 4
- construction avec 4 attaquants (pos. 2, 3, 4, 6)

>>

Le b.a.-ba des systèmes

Les systèmes de jeu
Les systèmes de jeu sont toujours désignés par un couple de chiffres, le premier indiquant le nombre d'attaquants, le deuxième, le nombre de passeurs (spécialisés). Dans un 5–1, l'équipe joue donc avec 5 attaquants et un passeur, lequel n'attaque pas. Dans un 6–2, les 6 joueurs attaquent, mais seuls deux d'entre eux sont passeurs.
Le 6–2 a d'ailleurs été longtemps appelé 4–2, ce qui n'était pas tout à fait correct, vu que chacun des passeurs peut aussi se muer en attaquant lorsqu'il n'est pas à la passe.

Les systèmes de défense
L'équipe en défense a le choix entre deux options: le 3–2–1 ou le 3–1–2. Le 3–2–1 se joue avec 3 contreurs, 2 défenseurs devant (sur les côtés) et un défenseur tout à l'arrière (le «6 arrière»). Avec le 3–1–2 («6 avant»), le défenseur central est placé sur la ligne des 3 m devant les défenseurs qui couvrent les côtés. Seul le 3–2–1 est utilisé en défense dans le volleyball moderne.

Pénétration
Désigne la montée d'un joueur arrière dans la zone d'attaque pour y assurer la passe. Le but de la pénétration est de libérer de la passe le joueur en position 3, de sorte à pouvoir s'appuyer sur trois attaquants au filet.

Permutation
On entend par permutation l'interversion de deux joueurs d'une même ligne, soit les joueurs au filet ou les joueurs arrière.

Complexe 1 (C1)
Le C1 désigne la situation de jeu de l'équipe qui réceptionne le service, soit l'enchaînement réception, passe et première attaque.

Complexe 2 (C2)
Le C2 désigne la situation de jeu intégrant bloc, défense et contre-attaque. On l'appelle aussi «jeu de transition», parce qu'il implique le passage d'une situation de défense à une situation d'attaque. A noter que le service fait aussi partie du C2, car la stratégie mise en place pour la défense et le contre est étroitement liée à la tactique appliquée au service.

Infobox

A cela viennent s'ajouter d'autres éléments nouveaux selon le degré de spécialisation:

- permutations supplémentaires au filet (spécialisation des attaquants et des contreurs)
- permutations supplémentaires dans la zone arrière (spécialisation en défense)
- réception à 3

Avantages et inconvénients

Comme tout système de jeu, le 6-2 présente quelques points faibles, mais ses avantages prévalent largement. Pour le segment avancé de la relève et les équipes de la base qui ont quelque ambition, le 6-2 est à mes yeux même proche de la perfection, et mérite en tous les cas réflexion.

- ⊕ développement logique du 6-6 avec pénétration en 1
- ⊕ toujours trois attaquants au filet
- ⊕ simple et facile à comprendre
- ⊕ répartition claire des rôles
- ⊕ dans un cadre à 12, 3-4 joueurs seront formés à la passe
- ⊕ la position du passeur (et donc la cible de la réception) reste toujours la même
- ⊕ permet une foule de degrés intermédiaires de spécialisation (formation progressive de généralistes en spécialistes, cela pour tous les rôles)
- ⊕ les attaquants peuvent être engagés soit sur diverses positions au filet (= formation universelle), soit toujours sur la même position (= spécialisation)
- ⊕ les passeurs assument le rôle d'attaquant sur trois positions au filet; ils continuent donc de recevoir une formation universelle (avec l'option de jouer par exemple plus tard en tant que pointu)
- ⊕ offre un large éventail de variantes d'attaques au filet
- ⊕ différents systèmes de réception possibles (réception à 3 ou à 4)
- ⊕ un des deux attaquants – celui qui est au filet – peut aussi être associé à la réception en C1 (= formation universelle)
- ⊕ accroît nettement la capacité d'adaptation/flexibilité des attaquants par rapport au type de passe et à sa qualité, vu qu'ils sont «servis» par différents passeurs

- ⊖ le type et la qualité des passes peut fluctuer, puisque plusieurs passeurs sont à l'œuvre
- ⊖ lorsque le passeur doit défendre dans la zone arrière en C2, la construction se fait par le passeur en position 2: une des deux grandes positions d'attaque en puissance au filet (pos. 2 et 4) est perdue dans cette situation
- ⊖ l'intégration de l'attaque arrière en position 6 («pipe») est compliquée en situation de C1 (surtout en cas de pénétration à partir de la pos. 6)
- ⊖ il faut disposer d'au moins trois passeurs dans le cadre pour avoir la possibilité d'effectuer des changements à la passe

Divers degrés de spécialisation

Comme mentionné plus haut, le degré de spécialisation peut être ajusté très finement. Dans le présent cahier de l'entraîneur, je souhaite m'arrêter sur les deux extrêmes:

1. le moins de spécialisation possible: seuls les deux passeurs sont spécialisés, les quatre autres attaquants sont de parfaits généralistes aussi bien au filet que dans la zone arrière;
2. le plus de spécialisation possible: les six joueurs sont complètement spécialisés, mais on joue toutefois **sans libéro**.

6-2 avec 4 attaquants/défenseurs non spécialisés

Les deux passeurs changent à chaque fois sur les positions 1 et 2, les deux autres joueurs sur chaque rangée se décalent simplement d'une position vers la gauche. Cela signifie que les quatre joueurs non spécialisés jouent aussi bien sur les positions 3 et 4 au filet que sur les positions 5 et 6 en défense.

Le seul point auquel il convient de veiller dans cette variante est le placement des deux passeurs à l'opposé l'un de l'autre sur la diagonale. Les attaquants peuvent être placés librement. La réception se fait à 4.

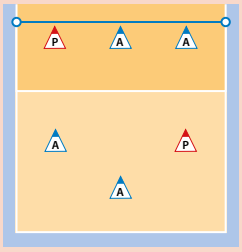


Fig. 2 Position de base

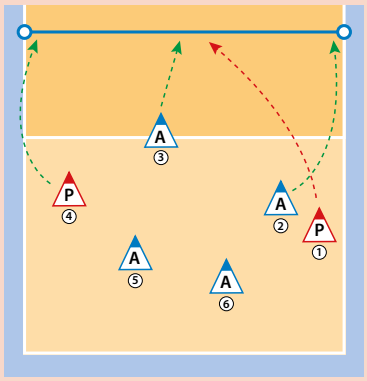


Fig. 3 Réception avec pénétration en 1

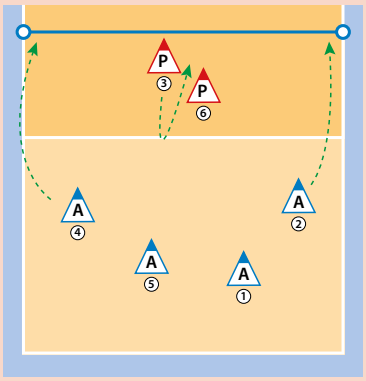


Fig. 4 Réception avec pénétration en 6

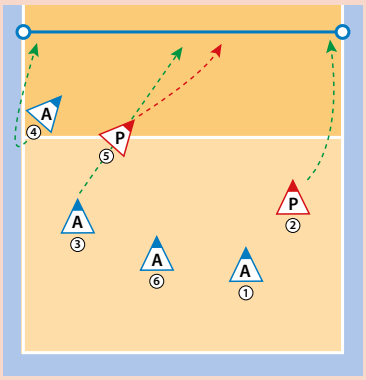


Fig. 5 Réception avec pénétration en 5

6-2 avec 4 attaquants/défenseurs spécialisés

Tous les joueurs permutent à chaque fois de sorte à occuper leur position dédiée, au filet comme dans la zone arrière.

Les points suivants doivent être respectés pour la disposition:

- Les deux passeurs doivent bien entendu être à l'opposé l'un de l'autre.
- Les attaquants à l'aile suivent le passeur dans la rotation. Ainsi, en C1, ils peuvent attaquer à l'aile dans les trois rotations où ils sont au filet (2x sur la pos. 4, 1x sur la pos. 2).
- Les centraux précèdent le passeur dans la rotation. Ils peuvent ainsi attaquer sur leur position favorite (pos. 3) dans chacune des rotations où ils sont au filet, même en C1.
- Idéalement la réception se fait à trois.

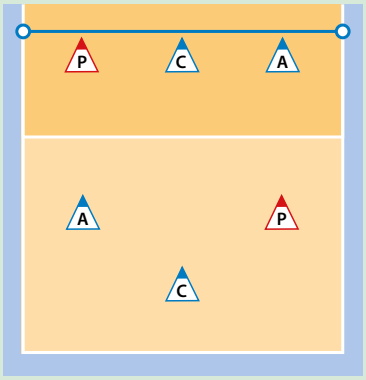


Fig. 6 Position de base

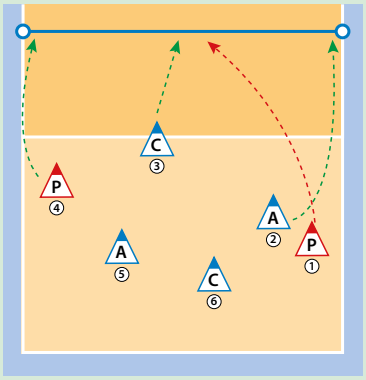


Fig. 7 Réception avec pénétration en 1

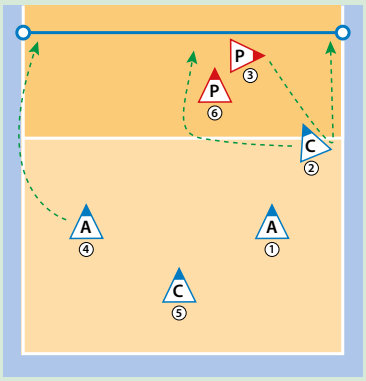


Fig. 8 Réception avec pénétration en 6

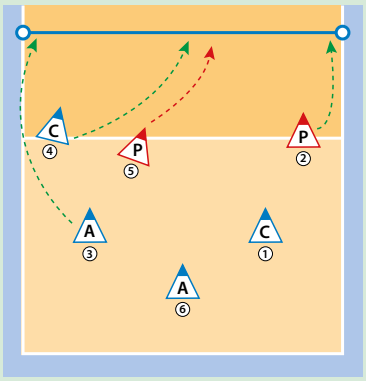


Fig. 9 Réception avec pénétration en 5

Le cas de la pénétration en 5

La pénétration en 5 (P5) est pour le passeur sans aucun doute la plus difficile des situations en C1 parce que

- la course de la position initiale jusqu'à la position idéale pour la passe est relativement longue;
- il doit exécuter une rotation de 180° dès qu'il est arrivé en position pour la passe;
- il ne peut s'orienter vers la réception qu'au dernier moment et le contact visuel avec le ballon vient très tard;
- la tactique de l'adversaire au service vise souvent à faire en sorte que la réception vienne dans le dos du passeur (service sur zone pos. 1), car ces ballons sont les plus difficiles à négocier pour le passeur;
- pour toutes les raisons mentionnées, le passeur a peu de marge pour réagir sur les réceptions approximatives.

Il s'ensuit que la situation P5 doit être travaillée spécialement à l'entraînement, que ce soit sous la forme d'un exercice spécifique pour le passeur ou dans le cadre d'un exercice collectif de réception.

Solution de secours: passe de la position 2

Si, pendant un match, l'équipe devait «rester coincée» sur la rotation avec pénétration en 5 (en d'autres termes: ne pas réussir le side-out après plusieurs tentatives), le système de jeu 6-2 offre une sortie de secours élégante: l'autre passeur sur le terrain (pos. 2) se charge de la passe. L'équipe perd certes un attaquant au filet, mais le passeur se trouve dans une situation bien plus aisée.

Pénétration en 6: attention aux fautes de position!

La pénétration en 6 en situation C1 n'est en soi pas extraordinairement compliquée. C'est néanmoins la rotation sur laquelle l'arbitre siffle le plus de fautes de position.

Avec un dispositif de réception à 4, le risque est relativement restreint; P6 dispose d'un beau couloir entre les joueurs sur les positions 1 et 5 (v. fig. 4).

Il en va tout autrement avec un dispositif de réception à 3. Comme le joueur en position 5 est au cœur du dispositif, il se trouve ainsi plus ou moins au centre du terrain, et le risque d'une faute de position entre les joueurs 5 et 6 s'accroît (v. fig. 8).

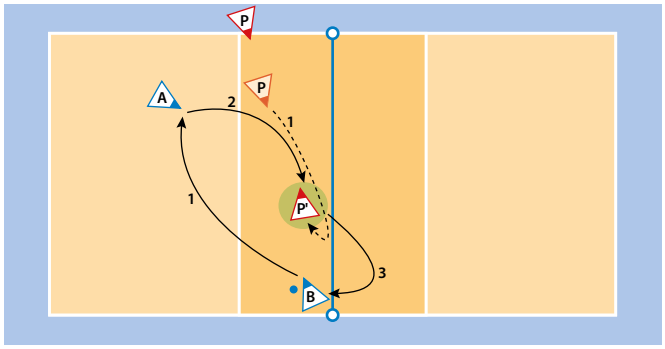
Passeur: entraînement de la pénétration en 5

Accent:
Assimiler la séquence course – arrêt – passe pour la pénétration en 5 (P5)

B fait une passe sur A ➞ P court à la position de la passe (pos. 2 ¾) ➞ Réception précise de A sur P' ➞ passe de P' sur B, enchaînement avec soutien ➞ ...

Variantes:
- B est en pos. 4
- Varier la position du réceptionneur A
- B attaque (top spin) ➞ la précision des réceptions varie

Remarque:
Les deux passeurs P jouent en alternance.

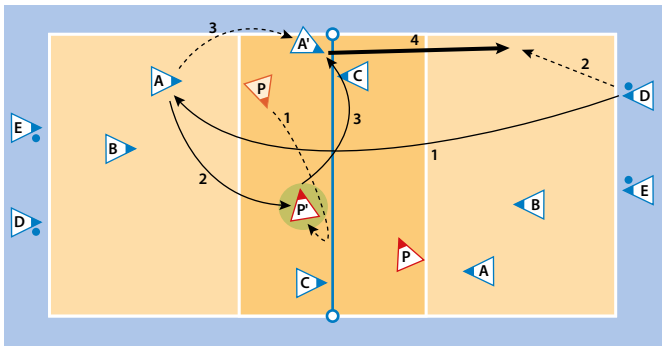


C1 avec pénétration en 5 et 1 attaquant

Accents:
- Exécuter correctement la séquence course – arrêt – passe avec P5
- Chaîne d'actions du réceptionneur en pos. 4 en C1

D sert sur A (ou B) et rentre dans le terrain pour défendre sur la pos. 1 ➞ P court sur la position de passe (pos. 2 ¾) ➞ réception sur P' ➞ passe de P' sur la pos. 4 ➞ attaque contrôlée de A' le long de la ligne contre le bloc de C

Remarque:
Les équipes A et B servent en alternance.

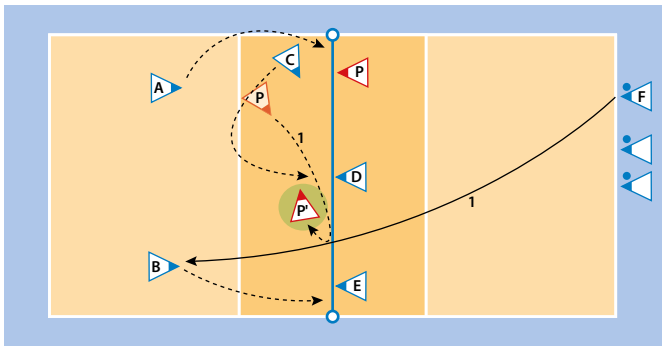


C1 avec pénétration en 5 et 3 attaquants

Accents:
- Exécuter correctement la séquence course – arrêt – passe avec P5
- Efficacité en C1

F sert sur B (ou A) et rentre dans le terrain pour défendre (libre choix de la position) ➞ L court sur la position de passe (pos. 2 ¾) ➞ réception sur P' ➞ passe de P' sur la pos. 2, 3 ou 4 ➞ attaque de A, B ou C contre un bloc à 2 + 2 défenseurs

Mode de comptage:
Changement lorsque les attaquants (A, B et C) ont marqué 6 points directs. Pas de point direct compté si l'attaque peut être défendue en contrôle et rattrapée par un coéquipier.



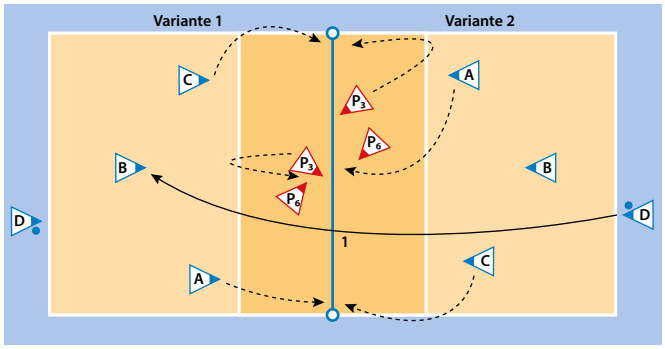
C1 avec pénétration en 6 (P6)

Accent:
Course d'élan des attaquants en C1

Variante 1 (pour les équipes avec attaquants non spécialisés):
Service de D sur A, B ou C ➞ réception ➞ passe de P_6 avec les variantes suivantes: P_3 au centre (attaquant rapide), A sur pos. 2, C sur pos. 4 ➞ attaque

Variante 2 (pour les équipes avec attaquants spécialisés):
Service de D sur A, B ou C ➞ réception ➞ passe de P_6 avec les variantes suivantes: A au centre (attaquant rapide), P_3 sur pos. 2, C sur pos. 4 ➞ attaque

Remarque:
Les équipes A et B servent en alternance.

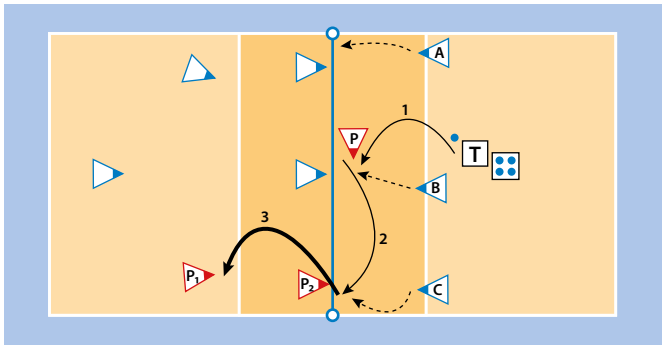


C2: défense ou passe?

Accent:
Décision/anticipation pour les deux passeurs en C2 (qui fait la passe?)

- T lance le ballon sur P ➞ passe de P sur A, B ou C ➞ attaque contre un bloc à 2
- Si P_1 défend: construction avec passe de P_2 sur A ➞ contre-attaque
- Si P_1 ne défend pas: pénétration de P_1 en 1 au filet ➞ passe de P_1 ➞ contre-attaque

Variante:
Seules les feintes et les passes en suspension sont autorisées en attaque (plus facile)

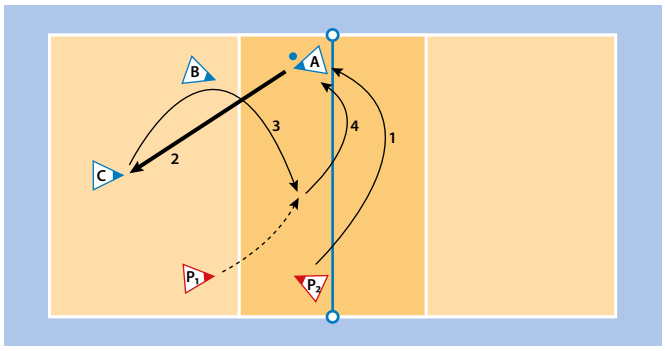


C2: défense ou passe?

Accent:
Décision/anticipation pour les deux passeurs en C2 (qui fait la passe?)

- Passe de P_2 sur A (ou l'inverse!) ➞ attaque de A sur les trois joueurs en défense (P1/B/C)
- Si P_1 ne défend pas: pénétration de P_1 au filet ➞ passe de P1 sur A ou P_2 ➞ …
- Si P_1 défend: construction avec passe de P_2 sur A ➞ ...

Variante:
Dito, mais c'est toujours A qui attaque ➞ P_2 aide en défense

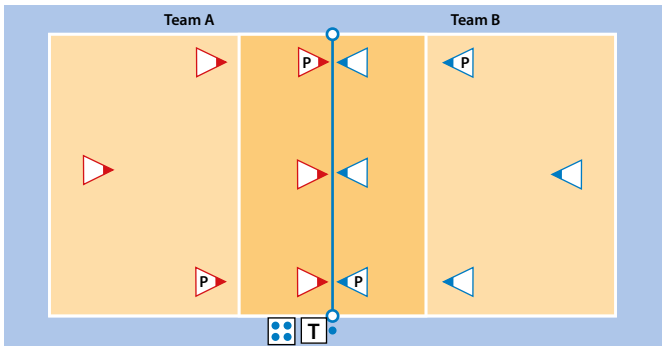


Miniset (6 contre 6)

Accent:
Mise en application du C1 et du C2 dans le jeu

- L'équipe A sert ➞ l'équipe B joue en C1 ➞ poursuivre l'échange jusqu'au bout
- Si l'équipe B gagne le point en situation de C1: 1er ballon gratuit de T, sur l'équipe B ➞ jouer l'échange jusqu'au bout
- 2e ballon gratuit de T sur l'équipe A ➞ jouer l'échange jusqu'au bout
- Service de l'équipe B ➞ ...

Mode de comptage:
- Chaque ballon compte pour 1 point
- 1 miniset va jusqu'à 9 points
- L'équipe qui gagne le miniset peut faire une rotation
- L'équipe gagnante est la première qui boucle la rotation totale



ASICS GEL-VOLLEY ELITE

La ASICS GEL-VOLLEY ELITE est la réponse taillée sur mesure au changement qui touche le volleyball: une deuxième chaussure high-tech légère pour l'attaquant arrière qui met davantage l'accent sur la flexibilité et la dynamique que la GEL-SENSEI. Le modèle est doté d'un système I.G.S. intégré, d'une semelle intermédiaire PsEVA, d'une plaque propulsive, de la protection des orteils FLEXION FIT et d'un laçage asymétrique. Disponible sans délai dans les commerces spécialisés.

www.asics.ch

ASICS GEL-VOLLEY ELITE (messieurs)

ASICS GEL-VOLLEY ELITE (dames)