

Passe: spécialisation en 6-3

Développer le jeu avec le système 6-3? Pourquoi pas! Le 6-3 est une option à la fois simple et intéressante pour réaliser le premier pas en direction de la spécialisation du passeur.

Dans le domaine de la relève, les systèmes de jeu servent avant tout à former le passeur. Le système doit être choisi de manière à ce que le passeur puisse effectivement appliquer dans le jeu le plus grand nombre possible d'éléments techniques et tactiques exercés à l'entraînement. Au-delà de la formation technique, l'entraîneur doit donc constamment garder à l'esprit le développement du jeu de son équipe.

Sur le chemin qui mène les joueurs de l'universalisme à la spécialisation, il faut toujours

adapter le jeu pas à pas, en fonction de leur stade de développement. Il va sans dire que le développement du jeu exige une bonne planification, tout au moins concernant les différents systèmes que l'on souhaite appliquer au fil de la formation tactique de l'équipe. Car tous les systèmes ne sont pas forcément adaptés à chaque phase de développement.

Dans le présent cahier de l'entraîneur, nous nous arrêterons sur le système de jeu 6-3. Le 6-3 est une alternative intéressante à la voie souvent

Dans la présente édition

Chère lectrice,
Cher lecteur,

Le système de jeu 6-3 est une option simple pour faire le premier pas en direction de la spécialisation dans le développement du jeu. Le 6-3 est plus simple à gérer qu'un 6-6 avec pénétration à partir de la position 1: il se prête donc particulièrement bien aux équipes qui n'ont pas encore beaucoup d'expérience des systèmes de jeu (p. 17-21).

En page coaching (p. 22), vous trouverez quelques pistes et conseils utiles pour sortir votre équipe d'une spirale descendante.

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

Impressum

Chef de rédaction
Auteur
Mise en page et photos
Email

Markus Foerster
Markus Foerster
Markus Foerster, FIVB
training@volleyball.ch

choisie du système 6-6 avec pénétration du passeur de la position 1, que nous avons détaillé dans le cahier 2009-4 (v. notamment fig. 3).

6-3? Absolument!

Dans le système de jeu 6-3, tous les joueurs sont à la fois réceptionneurs et attaquants, mais seuls trois d'entre eux sont aussi passeurs. A chaque rotation, c'est uniquement celui des trois passeurs potentiels qui est en position 3 ou 2 qui assure la passe. Vu qu'il n'y a jamais deux passeurs côte à côte (v. fig. 1 et 2; passeurs = rouge, attaquants = bleu), la répartition des rôles est claire.

Avantages et inconvénients

Comme tout système de jeu, le 6-3 présente de nombreux avantages, mais aussi quelques faiblesses.

- + simple et facile à comprendre
- + répartition claire des rôles
- + formation universelle des attaquants (qui peuvent attaquer de toutes les positions)
- + formation universelle des passeurs (qui jouent comme attaquants sur quatre positions)
- + toujours au moins deux attaquants qui peuvent être servis sur passe raccourcie (3-4,5 m)
- + intégration de l'attaque arrière des positions 1 et 6 («pipe»)

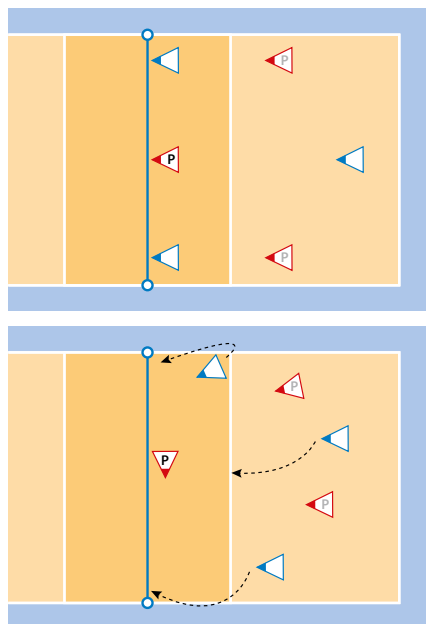


Fig. 1 Passeur en position 3
Formation de base (en haut) et exemple de dispositif de réception

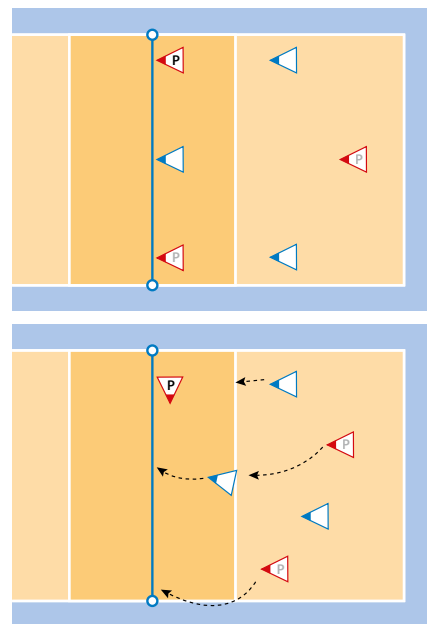


Abb. 2 Passeur en position 2
Formation de base (en haut) et exemple de dispositif de réception

- certains joueurs ne font plus la passe (contrairement au système 6-6 avec pénétration du passeur à partir de la pos. 1)
- différentes cibles pour la réception (pos. 3 ou 2; v. fig. 1 et 2)
- différents dispositifs de réception (réception à 4 ou à 5)
- prise en charge des ballons imprécis (qui fait la passe?)
- complique l'introduction de la pénétration pour le passeur

Raccourcir les passes

Dans le domaine de la relève, l'entraîneur est souvent confronté au problème suivant: enfants et jeunes adolescents n'ont souvent pas la force de faire des passes longues et hautes (p. ex., passe haute de la pos. 2 sur la pos. 4). C'est ici que réside l'avantage principal du système 6-3: le passeur dispose toujours d'au moins deux positions sur lesquelles jouer une passe (haute) de 4,5 m au maximum. Ce qui permet de stabiliser notablement le jeu d'attaque, tout en conservant une bonne variabilité. Le fait que certaines positions d'attaque soient dans la zone arrière n'est, selon moi, pas un désavantage. Au contraire: ainsi, la zone arrière est perçue rapidement comme un espace naturel du jeu d'attaque.

Où et comment réceptionner dans le système 6-3?

La difficulté majeure réside à mes yeux dans le domaine de la réception. D'une part, il y a deux cibles possibles (pos. 3 ou 2 selon la rotation) et, d'autre part, le dispositif de réception n'est pas toujours le même (v. fig. 1 et 2).

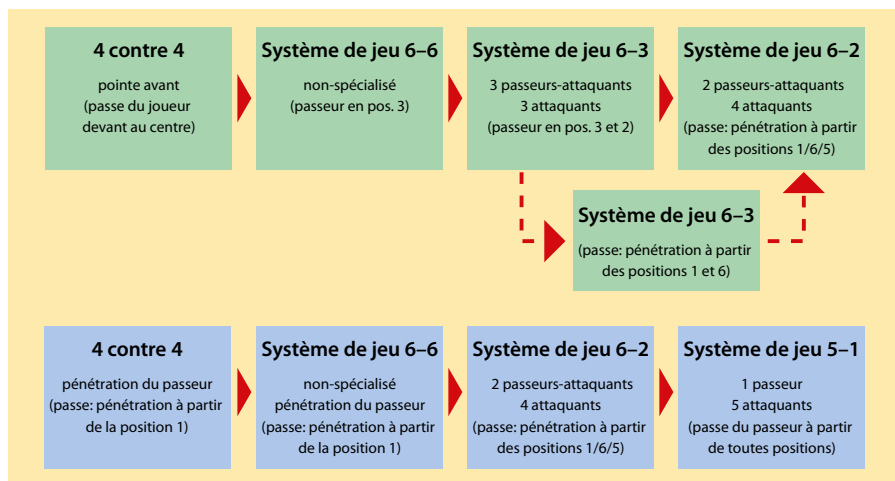


Fig. 3 Possible développement du jeu pour le volleyball de masse (en haut, objectif 6-2) et les équipes de la relève compétitives qui s'entraînent au moins deux fois par semaine (en bas, objectif 5-1).

Le problème de la cible pourrait certes être réglé par un compromis (en réceptionnant p. ex. sur la pos. 2½), mais ce serait au prix du sacrifice des trajectoires simples à la passe, surtout à partir de la position 2. La question du dispositif de réception est moins problématique, vu que la formation à 4 ou à 5 vient tout naturellement. Le seul point délicat est la réception à 4, lorsque les joueurs n'ont pas encore acquis la stabilité du fait l'espace relativement grand que chacun d'entre eux doit couvrir. Je déconseille néanmoins d'opter systématiquement pour la variante de réception à 5 (qui exige le placement du 6 devant ou derrière selon la rotation), car ce n'est pas une solution d'avenir (le 3-1-2 n'étant presque plus pratiqué en défense) et elle n'apporte rien ou presque aux joueurs dans leur développement tactique.

Développement: passeur en pénétration

Il est en principe aussi possible de jouer le 6-3 avec pénétration (pénétration du passeur à partir de la zone arrière). Dans ce cas, les passeurs devraient idéalement toujours jouer aux positions 1 et 6, car ils ont ainsi toujours trois joueurs avant disponibles pour l'attaque. Le règlement ne permet toutefois pas cette variante dans toutes les catégories (v. encadré). Le 6-3 est aussi possible avec un passeur en 2 ou en 1. Ainsi, pour la moitié des rotations (lorsque le passeur est en 1), on conserve l'avantage de trois attaquants au filet.

Vérifiez le règlement!

Le règlement des SARC et M15 interdit les permutations, que l'on joue en 6-6- ou en 6-3 (v. Règlement de volleyball de Swiss Volley, précisions concernant les art. 222, al. 1, et 240). Un 6-3 avec des passeurs en 1 et en 6 n'a pas de sens dans ces catégories, vu que, en cas de pénétration en 6, le passeur doit rester en 6 après sa passe.

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'intervention 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.

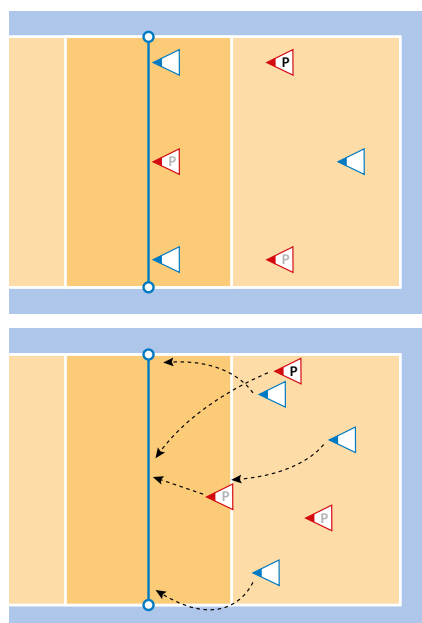


Fig. 4 Passeur en position 1
Formation de base (en haut) et exemple de dispositif de réception

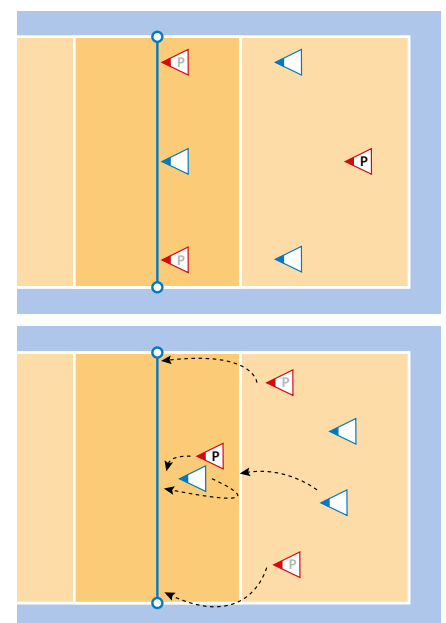


Fig. 5 Passeur en position 6
Formation de base (en haut) et exemple de dispositif de réception

Drill C2 (passe sur pos. 2)

Accent:

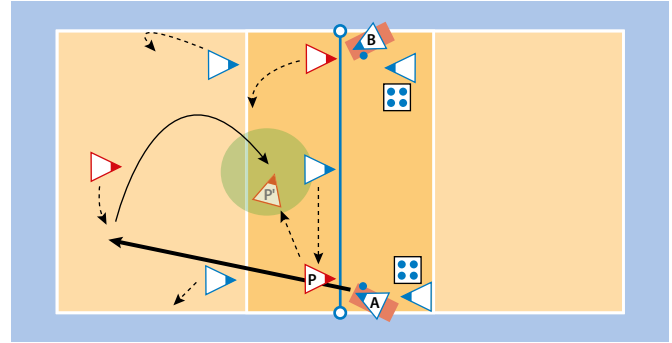
Entraînement de la passe en situation de C1 (contre-attaque)

- A (ou B) tape sur le ballon → l'équipe se déplace sur les positions de contre et de défense (bloc à 2!)
- Attaque de A (ou de B) → défense haute au centre du terrain (dans la «maison») → passe de

P' sur la pos. 3, 4, 1 ou 6 (pipe) → contre-attaque

Important:

A la passe, opter pour les trajectoires courtes et simples → l'efficacité de l'attaque est importante en C2!



Big point (6 contre 6)

Accent:

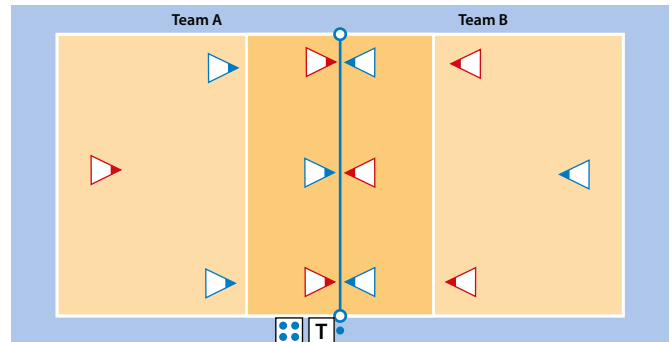
Transposition dans le jeu

- L'équipe A sert → l'équipe B joue en C1 → poursuivre le jeu jusqu'à la fin de l'échange
- Si l'équipe B sort gagnante de son C1: ballon gratuit de T sur l'équipe B → attaque de l'équipe B → poursuivre le jeu jusqu'à la fin de l'échange

- L'équipe B sert → ...

Mode de comptage:

- Lorsque l'équipe à la réception gagne les deux échanges (C1 et ballon gratuit, elle marque un big point
- Rotation d'une position pour l'équipe qui marque 3 big points
- La première équipe qui effectue la rotation complète a gagné



Natural Running by ASICS

Le fabricant japonais de chaussures de sport présente une nouvelle collection dédiée à la course à pied. Une chaussure qui stimule la senso-motricité, un des facteurs-clés de la physiologie du mouvement, et s'adresse par ce fait tout particulièrement aux sportifs évoluant en équipe.

Grâce au nouveau modèle **GEL-EXCEL33**, l'entraînement de la propulsion vers l'avant exécutée par l'avant-pied se fait tout naturellement sans pour autant augmenter le risque de blessures. En travaillant son style de course, le coureur renforce la voûte plantaire, l'articulation du pied et les muscles du mollet – précisément les structures sollicitées au volley-ball lors des détente verticales.

Celui qui souhaite s'adonner au volley et préparer sa musculature, aussi bien du pied que du mollet, par un entraînement d'endurance basique, misera à l'avenir sur la chaussure **ASICS GEL-EXCEL33**. Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter www.asics.ch



Quand le ver est dans le fruit

La défaite, tout comme la victoire, fait partie du sport. Par contre, les défaites en série mettent la solidité d'une équipe à dure épreuve. Dans ce genre de situation, le rôle du coach prend une dimension supplémentaire.

Parfois, c'est comme le mauvais sort. L'équipe joue bien, fait jeu égal avec l'adversaire, mais sort à chaque fois du terrain en perdante. Quand la spirale s'enclenche, les chances qu'ont les joueurs de redresser le cap par eux-mêmes diminuent à chaque défaite.

Dans ce genre de situation, le coach est particulièrement sollicité. Il doit donner aux joueurs les clés qui leur permettront de retrouver le chemin du succès. Il va sans dire que la tâche est autrement plus difficile que le coaching «de beau temps» que l'on peut pratiquer lorsque l'équipe vole de succès en succès. Mais en même temps, c'est là qu'un coach se révèle.

Analyser les causes

Il arrive certes que la chance décide de la victoire ou de la défaite. Mais, la plupart du temps, la défaite a des causes bien plus concrètes: trop de fautes au service, erreurs tactiques du passeur, déstabilisation par excès de changements, etc. Analyse chaque match avec précision, mets en lumière les causes, tires-en les leçons et tiens-en compte dans la conception des entraînements.

Remarque: dans l'analyse, n'oublie pas la préparation du match et les derniers entraînements.

Accorder sa confiance

En tant qu'entraîneur, tu dois pouvoir montrer l'exemple, notamment en cas de défaite. Montre-toi calme et factuel face à tes joueurs, même en cas de critiques. Montre-leur que tu es convaincu que, ensemble, vous pouvez redresser le cap. Si tu n'as pas confiance en eux, qui donc pourrait en avoir? Ou, pour reprendre les mots de Carl McGown, entraîneur de l'équipe nationale masculine: «Tu ne dois pas couler le bateau où tu te trouves toi-même.» N'oublie pas que le langage du



Photo: FIVB

Star mondiale comme joueur du dimanche: les défaites font mal et rongent la confiance.

corps est au moins aussi important que les mots!

Créer de la confiance en soi

Une saine confiance en soi est le socle de tout succès. L'ennui, c'est que le doute enfle avec chaque revers. Profite des entraînements pour refaire une santé à la confiance entamée des joueurs. Prépare les exercices de manière à ce que les joueurs puissent accumuler les expériences positives. Donne donc la préférence à des exercices simples et veille à un haut niveau de qualité d'exécution.

Bâtir sur les points forts

Nous avons tendance à mesurer nos performances exclusivement au résultat, malgré le manque de nuances de la démarche. Or chaque joueur a ses points forts. Demande à chaque joueur d'inscrire sur une affiche la plus grande force d'un de ses coéqui-

piers. Il s'en dégagera un tableau positif de l'équipe, noir sur blanc, visible de tout un chacun. Au prochain match, attachez-vous à tirer le meilleur parti de ces forces.

Structurer pour sécuriser

L'expérience montre que, dans une phase difficile, il faut éviter de jeter le bébé avec l'eau du bain – surtout quand une formule a fait ses preuves. Le connu favorise la sécurité, trop de nouveauté est plutôt déstabilisant dans une phase où il faudrait précisément retrouver de la stabilité. Un travail de qualité paye tôt ou tard. Souvent, la patience est la clef du succès.

A lire!

Erfolgreiches Teamcoaching

Lothar Linz, Meyer & Meyer Verlag
ISBN 978-3898995559