

Mini-volleyball: Passe avec orientation dans le jeu 4:4

Au 4:4, les joueurs sont placés en diamant avec un joueur au filet qui endosse le rôle du passeur. La difficulté pour lui est de s'orienter vers la cible avant la passe. Cet élément est incontournable chez les débutants pour construire le jeu.

La métaphore de la lampe de poche placée à hauteur du nombril et qui éclaire le chemin de la passe s'avère précieuse pour le passeur. Dans le cas d'une passe arrière, on imagine la lampe fixée entre les omoplates. Autre point important: les attaquants doivent apprendre à lire les intentions du passeur.

Conditions cadres

- Durée de la leçon: 90 minutes
- Années scolaires: 6e-8e Harmos



Objectifs d'apprentissage

- Comprendre l'importance d'une orientation correcte.
- Se déplacer en fonction de la trajectoire et se positionner sous le ballon.
- Etre capable de faire une passe haute pour l'attaque depuis les positions extérieures.

Remarques

- Installer le filet en largeur afin de créer plusieurs terrains et occuper plus de joueurs.
- Utiliser des balles adaptées aux enfants et qui ne font pas mal (balles Kids, ballons de Volley school).

[Leçon: Passe avec orientation dans le jeu 4:4](#) (pdf)

Source: Nicole Schnyder-Benoit, cheffe de sport J+S Volleyball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO