

Mini-volleyball: Pas seulement pour les minis

Le mini-volleyball rassemble les formes de jeu qui se déploient sur des terrains plus petits et avec un nombre restreint de joueurs. Les tournois officiels de mini-volleyball pour les catégories de la relève se jouent à 3:3 ou 4:4. On peut toujours opter pour d'autres formes telles que le 1:1 ou le 2:2. Les joueurs un peu plus âgés bénéficient aussi des nombreux avantages du jeu.



Le grand atout du mini-volleyball, c'est que les enfants touchent beaucoup de ballons. Moins nombreux sur le terrain (entre un et quatre joueurs), ils prennent une part plus active dans la construction du jeu. Chaque enchaînement exige des prises de décisions et requiert une bonne compréhension du jeu.

Grâce aux nombreux contacts, les enfants améliorent rapidement le contrôle du ballon. La lecture des trajectoires, les déplacements vers le ballon et enfin les différentes touches s'exercent idéalement sur les petits terrains.

Des terrains adaptés aux enfants

La taille des terrains, adaptée aux capacités de force des enfants, leur permet d'exploiter au mieux l'espace à disposition et de placer le ballon dans le coin arrière du terrain adverse par exemple. Les enfants dotés déjà d'une certaine force sont sollicités pour placer le ballon avec précision dans le terrain adverse. La défense et la réception sont aussi facilitées sur de petits terrains. La responsabilité de chaque joueur est moins grande et donc plus gérable. Les petites distances peuvent être effectuées avec de petits pas latéraux.

Tous les avantages liés à la taille du terrain peuvent aussi être exploités pour le jeu à 6:6 à l'entraînement. Le grand terrain divisé par deux correspond mieux aux joueurs plus âgés que le terrain de mini-volleyball et il est plus facilement installé. Certaines formes de jeu issues du mini-volleyball peuvent ainsi trouver, en fonction des objectifs, une application dans un entraînement de 6:6. Le rythme et l'intensité sont plus élevés avec des formes de jeu globales.

Catégorie officielle

- M13: 4:4
- Taille du terrain: 13,4 x 6,1m (zone d'attaque 2m)
- Hauteur du filet: 2m10
- Règles spéciales: le serveur est un joueur arrière, rotation après trois services consécutifs

Kids Volley



Les plus jeunes disposent d'une forme de jeu adaptée à leurs compétences qui les amène progressivement vers le volleyball. «Kids Volley» s'adresse aux M11 et met en avant le jeu, le plaisir et les expériences positives. Les règles de jeu et le règlement ont été simplifiés pour faciliter l'entrée en matière.

→ [Moyens didactiques «Kids Volley» de Swiss Volley](#)

→ [Leçons «Sport des enfants – Volleyball» de J+S](#)

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO