Volleyball – Technique: Swing bloc (technique de base)

Le swing bloc permet de restreindre les possibilités d'attaque de l'adversaire. Le joueur doit monter les bras et les mains et leur faire franchir le filet par le plus court chemin possible.

Champ d'application et objectifs

1. Couvrir une zone (créer une ombre) et permettre à sa défense de se placer
2. Couvrir l'axe fort de l'attaquant
3. Marquer le point

Tactique individuelle

- Savoir quels joueurs sont au filet et en attaque
- Stratégie visuelle: ballon (réception) – passeur – ballon (passe) – attaquant (élan, orientation du corps)

Remarque: La priorité accordée aux intentions peut varier en fonction des aptitudes et du niveau de performance des joueurs.

Source: Foerster, M. (2016). Volleyball: Jouer au volleyball. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO