

Volleyball – Technique: Bloc: saut, déplacement (pas chassés, pas croisés)

L'intention générale du bloc est de restreindre les possibilités d'attaque de l'adversaire. Pour se placer correctement, le joueur se déplace toujours en pas chassés ou en pas croisés.



Photos 1 et 2: Position de base – Photos 3 et 4: Saut



Série d'images: Pas croisés

Vidéo: Pas chassés

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 qui joue au filet
- Se déplacer rapidement jusqu'au point d'appel pour pouvoir sauter à la verticale
- Observer l'attaquant (timing)

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