

Volleyball – Technique: Manchette: réception latérale

La manchette latérale est jouée de côté, avec les mains jointes verrouillées et les avant-bras tendus. Le ballon est renvoyé en direction d'une cible déterminée.

Champ d'application et objectifs

1. Garder le ballon en jeu afin de pouvoir construire le jeu
2. Donner de l'espace et du temps au passeur
3. Offrir toutes les options au passeur

Tactique individuelle

- Stratégie visuelle: observer le serveur (orientation du corps, lancer du ballon, bras de frappe)
- Se déplacer – S'arrêter – Jouer
- Plus la balle est rapide, moins il faut donner d'impulsion

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