

Thème du mois 09/2014: Futnet

Le futnet est un sport sans contact, adapté à tous les âges et qui requiert habileté et coordination, tout en privilégiant l'aspect ludique, sa qualité fondamentale. Les joueurs évoluent en simple, double ou triple, sur un terrain séparé par un filet, et se renvoient le ballon sans l'aide des bras et des mains.



Le futnet – anciennement football-tennis ou tennis-ballon – est né en Tchécoslovaquie, dans les années 1920. Il servait de jeu aux équipes de football lors de la phase de récupération. Aujourd'hui, c'est un sport à part entière, avec ses propres règles et compétitions internationales, présent sur cinq continents. Apparue en Suisse en 1987, le futnet est principalement représenté en Suisse romande, en particulier dans le canton de Fribourg.

Un principe simple

Deux équipes d'un à trois joueurs se renvoient un ballon par-dessus un filet et essaient de le faire rebondir dans le terrain de l'adversaire sans que celui-ci parvienne à le retourner. Cet objectif peut être atteint en attaquant dans une zone libre et en donnant plus ou moins de force et d'effet au ballon. Ce dernier peut rebondir sur le sol, mais jamais deux fois successivement. Le joueur ne peut pas non plus effectuer deux touches du ballon consécutives (sauf en simple). Chaque erreur donne un point à l'équipe adverse qui effectue alors un engagement.

Un jeu pour l'école

Lorsque les enfants savent manier un ballon avec leurs pieds, ils sont aussi à même de jouer au futnet en équipe. Ce sport s'apparente tactiquement au volleyball puisqu'il reprend certains éléments tels que la défense commune du terrain, le déplacement vers le ballon, l'observation de l'adversaire et l'attaque ciblée.

Le futnet se déploie sur les infrastructures de volleyball ou de tennis et peut se pratiquer avec un ballon de football. Il ne nécessite donc pas d'investissement coûteux, le matériel étant disponible dans chaque salle de sport ou sur chaque terrain. Comme il est simple à comprendre et à mettre en place, il convient particulièrement

bien aux tournois, journées de sport scolaire, en salle ou en extérieur.

Un recueil d'exercices exhaustif

Ce thème du mois s'adresse en premier lieu aux enseignants du degré secondaire I. Les exercices et formes de jeu proposés permettent de concevoir plusieurs leçons. Deux exemples de leçons sont également mis à disposition: une sous forme de tournoi pour boucler ce volet de manière ludique et une seconde pour les enseignants qui n'ont pas beaucoup de plage de libre dans leur programme, mais qui voudraient tout de même initier leurs élèves au futnet.

Thème du mois

- [Futnet](#) (pdf)

Moyens didactiques

- [Considérations pratiques](#)
- [Règles de jeu](#)
- [Technique](#) (avec [vidéos](#) et [séries d'images](#))
- [Tactique](#)

Exercices

- [Mise en train](#)
- [Passe](#)
- [Evaluation de la trajectoire](#)
- [Service](#)
- [Attaque](#)
- [Défense](#)
- [Pour joueurs avancés](#)
- [Formes de jeu](#)
- [Formes de tournoi](#)

Leçons

- [Introduction au futnet](#) (pdf)
- [Tournoi de futnet](#) (pdf)

Source: Baptiste Jaquet, Bastien Vonlanthen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO