

# STAGE RESOLP 2020

## ***VOLLEY-BALL***



# LA RIVIÈRE DU DOUTE

(DÉBAT LUDIQUÉ ET PARTICIPATIF : SE POSITIONNER SUR CHAQUE AFFIRMATION)

- 1- LE BLOCAGE DU BALLON EST UN OUTIL IMPORTANT POUR PERMETTRE LES PROGRÈS DES ÉLÈVES
- 2- LES ÉLÈVES PROGRESSED PEU DANS CETTE ACTIVITÉ (ÉTERNELS DÉBUTANTS)
- 3- LES ÉQUIPES DE NIVEAU SE FONT DÈS LE DÉBUT DU CYCLE
- 4- LA MOBILITÉ EST LE POINT LE PLUS IMPORTANT POUR BIEN JOUER AU VOLLEY
- 5- LA MANCHETTE DOIT ÊTRE ABORDÉE EN MILIEU DE CYCLE
- 6- IL Y A DAVANTAGE DE PROBLÈME DE COMPORTEMENT DANS CETTE ACTIVITÉ
- 7- EN MATCH (4C4), LE PLACEMENT DES ÉLÈVES SE FAIT EN LOSANGE
- 8- LES ÉLÈVES DOIVENT APPRENDRE À SERVIR DÈS LE DÉBUT CYCLE
- 9- LES ÉLÈVES PEUVENT JOUER AVEC TOUTES LES PARTIES DU CORPS
- 10- ETES VOUS EN ACCORD AVEC LES NOUVEAUX TEXTES EPS ?

# PLANNING DU STAGE

**LUNDI MATIN (9H15 À 12H15) :** HISTORIQUE, LOGIQUE INTERNE, ENJEUX, CHOIX DU CERCLE, LES TEXTES OFFICIELS, CCF, N3/N4, JEU DE L'ORAL 1 (RETOUR VIDÉOS TOUS ENSEMBLE OU 3 GROUPES DE 2 OU 2 GROUPES DE 3)

**LUNDI APRÈS-MIDI (13H45 À 16H45) :** PRATIQUE (ÉCHAUFFEMENT, JEUX LUDIQUES D'ENTRÉE DANS L'ACTIVITÉ, ARBITRAGE, CONSTITUTION DES ÉQUIPES, MATCHS)

**MARDI MATIN :** QUIZZ, PRATIQUE (JEU EN MOUVEMENT, PRISE D'INFORMATIONS, S'ARRÊTER POUR RENVOYER)

**MARDI APRÈS-MIDI :** RETOUR SUR LA PRATIQUE DU MATIN, PRATIQUE (PLACEMENT SOUS LA BALLE)

**JEUDI MATIN :** PRATIQUE (ÉCHAUFFEMENT ET SA AVEC UTILISATION DE MATÉRIEL, DÉFIS), LE VOLLEY ADAPTÉ

**JEUDI APRÈS-MIDI :** PRATIQUE (ORGANISATION COLLECTIVE, RÔLES, EFFECTIFS, MATCHS À THÈME) RIVIÈRE DU DOUTE (COMPARER LES RÉPONSES AVEC LUNDI MATIN)

# LUNDI

- HISTORIQUE
- LOGIQUE INTERNE, CHOIX ET TEXTES OFFICIELS
- EXEMPLES DE FICHES
- JEU DE L'ORAL 1
- PRATIQUE : ENTREE DANS L'ACTIVITE ET CONSTITUTION DES ÉQUIPES

# D'UNE ACTIVITÉ DE LOISIRS, DE SUBSTITUTION ... VERS UNE ACTIVITÉ DE PERFORMANCE, DE SPECTACLE

- **NAISSANCE** : L'OURANIE EN GRÈCE ANTIQUE, LE FOLLIS CHEZ LES ROMAINS, LE TAKRAW EN ASIE ET LE TLACHTLI EN AMÉRIQUE CENTRALE...
- **1895 : MORGAN** (PROF EPS AMÉRICAIN ET PASTEUR) **ET LA « MINTONETTE »** (POUR LES ATHLÈTES L'HIVER)
- **EVOLUTION DES RÈGLES** : INSPIRÉ DU TENNIS (« EN TOURNÉE » AU SERVICE, SERVIR AU FOND, BALLE FRAPPÉE, JONGLAGES AUTORISÉS, NE PAS TOUCHER LE FILET, FILET À 1M98 EN 1896 ET BALLON LÉGER).  
L'ATTAQUE PREND DONC LE PAS SUR LA DÉFENSE : MOINS D'INTÉRÊT DE JEU CAR PEU D'ÉCHANGES.  
ON MONTE LE FILET, ON INSTALLE DES MIRES EN 1970 POUR RACCOURCIR LA LARGEUR,  
AJOUT DE LA PÉNÉTRATION EN 1922  
ET ON AUGMENTE LES POSSIBILITÉS DÉFENSIVES : CONTRE AVEC SES 2 TOUCHES EN 1964, PIED AUTORISÉ EN 1994.
- **PROMOTION DU SPORT SPECTACLE** : SERVICE SUR TOUTE LA LARGEUR (RÉCEPTION PLUS DIFFICILE), MOINS DE LITIGES, RÈGLES PLUS CLAIRES AVEC LE COLLÉ, INSTAURATION DU TIE BREAK PUIS DE LA MARQUE CONTINUE EN 1998 POUR DES MATCHS PLUS COURTS ET DONC DAVANTAGE « RE-TRANSMISSIBLES », PLUS DE SUSPENS ET DE PLAISIR DU JEU.

# LOGIQUE INTERNE

- **INTERVENIR SUR LA BALLE** (SE PLACER, NE PAS COLLER, ANTICIPATION - COÏNCIDENCE...)
- **CHOISIR** (GARDER/RENOYER, FRAPPER/VISER, DÉFENDRE/ATTAQUER)
- **ENCHAÎNER DES ACTIONS** (COURSE/FRAPPE, RENVOI/REPLACEMENT...)
- **INTERAGIR ENTRE LES JOUEURS** (SOLIDARITÉ, COOPÉRATION, COMMUNICATION, POSTES ET RÔLES, COACHING...)
- **OBTENIR UN RÉSULTAT** (GAIN DU POINT, DU MATCH, MISE EN RÉUSSITE...)

# POURQUOI PROGRAMMER CETTE ACTIVITÉ ?

- **LES ENJEUX** : PRATIQUE EFFECTIVE IMPORTANTE, BALLON LÉGER, PEU DE RISQUE DE BLESSURE (NON INTERPÉNÉTRÉ), MOINS DE CONFLITS, RÈGLEMENT ACCESSIBLE
- **LES PROBLÈMES FONDAMENTAUX** : LECTURE ET ANTICIPATION DES TRAJECTOIRES, DÉPLACEMENT, PLACEMENT, REPLACEMENT, FRAPPE ET MANIPULATION TECHNIQUE, GESTION CONTINUITÉ ET RUPTURE, LIRE LE JEU ADVERSE
- **AUTRES LIMITES** : PEUR DU BALLON, INSTALLATION ET RANGEMENT DU MATÉRIEL, ÉCARTS DE NIVEAUX, COUPS DE PIEDS DANS LE BALLON, MANQUE DE JEU, MANQUE DE MOBILITÉ.

# NOUVEAUX TEXTES OFFICIELS (2019)

CHAMP D'APPRENTISSAGE 4 : CONDUIRE UN AFFRONTEMENT INTER-INDIVIDUEL OU COLLECTIF POUR GAGNER

ATTENDUS DE FIN DE LYCÉE PROFESSIONNEL (BAC PRO) :

- **AFLP 1 IMPOSÉ** : RÉALISER DES CHOIX TACTIQUES ET STRATÉGIQUES POUR FAIRE BASCULER LE RAPPORT DE FORCE EN SA FAVEUR ET MARQUER LE POINT
- **AFLP 2 IMPOSÉ** : MOBILISER DES TECHNIQUES D'ATTAQUE EFFICACES POUR SE CRÉER ET EXPLOITER DES OCCASIONS DE MARQUER ; RÉSISTER ET NEUTRALISER INDIVIDUELLEMENT OU COLLECTIVEMENT L'ATTAQUE ADVERSE POUR RÉÉQUILIBRER LE RAPPORT DE FORCE
- **AFLP 3 CHOISI** : RESPECTER ET FAIRE RESPECTER LES RÈGLES PARTAGÉES POUR QUE LE JEU PUISSE SE DÉROULER SEREINEMENT, ASSUMER PLUSIEURS RÔLES SOCIAUX POUR PERMETTRE LE BON DÉROULEMENT DU JEU
- **AFLP 4 CHOISI** : SAVOIR SE PRÉPARER, S'ENTRAÎNER ET RÉCUPÉRER POUR FAIRE PREUVE D'AUTONOMIE
- **AFLP 5** : ANALYSER LES FORCES ET LES FAIBLESSES EN PRÉSENCE PAR L'EXPLOITATION DE DONNÉES OBJECTIVES POUR FAIRE DES CHOIX TACTIQUES ET STRATÉGIQUES ADAPTÉS À UNE PROCHAINE CONFRONTATION
- **AFLP 6** : PORTER UN REGARD CRITIQUE SUR LES PRATIQUES SPORTIVES POUR COMPRENDRE LE SENS DES PRATIQUES SCOLAIRES

# NOUVEAUX TEXTES OFFICIELS (2020)

## FINALITÉ EPS (COMMUNE AVEC LE LGT)

L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE VISE À FORMER, PAR LA PRATIQUE PHYSIQUE, SPORTIVE, ARTISTIQUE, UN CITOYEN ÉPANOUÍ, CULTIVÉ, CAPABLE DE FAIRE DES CHOIX ÉCLAIRÉS POUR S'ENGAGER DE FAÇON RÉGULIÈRE ET AUTONOME DANS UN MODE DE VIE ACTIF ET SOLIDAIRE

## OBJECTIFS GÉNÉRAUX PRIORITAIRES

- DÉVELOPPER SA MOTRICITÉ : ENGAGER, MOBILISER, DÉVELOPPER SES RESSOURCES POUR GAGNER EN CONFIANCE.
- S'ORGANISER POUR APPRENDRE ET SAVOIR S'ENTRAÎNER : ACCEPTER LA RÉPÉTITION ET LA PERSÉVÉRANCE POUR RÉUSSIR SON PROJET.
- EXERCER SA RESPONSABILITÉ DANS UN ENGAGEMENT PERSONNEL ET SOLIDAIRE : COMPRENDRE L'INTÉRÊT DU RESPECT DES RÈGLES, S'ENTRAIDER.
- CONSTRUIRE DURABLEMENT SA SANTÉ
- ACCÉDER AU PATRIMOINE CULTUREL

# AXES DU CERCLE POUR CE STAGE

## NOTRE OBJECTIF

METTRE L'ÉLÈVE EN PRATIQUE, LE FAIRE JOUER, LE METTRE EN MOUVEMENT, EN RÉUSSITE, POUR UN MEILLEUR PLACEMENT SOUS LA BALLE AFIN DE SERVIR UN JEU COLLECTIF ORGANISÉ

## NOS CHOIX

ALTERNER LE LUDIQUE ET LE TECHNIQUE (MOTIVATION), TRAVAILLER LA MOBILITÉ ET LE PLACEMENT SOUS LA BALLE (ENGAGEMENT ET RÉUSSITE), DÉFINIR ET RESPECTER LES RÔLES DE CHACUN (PLACEMENT ET ORGANISATION COLLECTIFS), VALORISATION DE ARBITRAGE (AUTONOMIE, RESPECT), DIFFÉRENTS CHOIX DE CONSTITUTION D'ÉQUIPES (ACCEPTER LE NIVEAU DE TOUS)

# CHOIX DE TRAVAIL N3 / N4

## NIVEAU 3

LA MOBILITÉ, L'ENGAGEMENT ET LA TECHNIQUE INDIVIDUELLE, LA PASSE HAUTE PRIVILÉGIÉE, LE PLACEMENT SOUS ET EN ARRIÈRE DE LA BALLE, L'ORIENTATION DES APPUIS ET ÉPAULES, LE RELAI (AU MOINS 2 TOUCHES), SE PLACER SUR LE TERRAIN, LE COUVRIR.

## NIVEAU 4

LES FRAPPES (SERVICES, SMASHS, DONC MANCHETTES ET CONTRES), SERVIR PLUS DIFFICILE ET/OU PLACÉ, RÔLES AFFINÉS, CONSTRUCTION DU POINT EN 3T, TRAVAIL PLUS COLLECTIF (TEMPS MORT, COACHING...)

# FICHE CCF BAC PRO LPO J.BREL

Principe d'élaboration des épreuves du champ d'apprentissage 4				
<p>Matches à 4 contre 4 opposants des équipes dont le rapport de force est équilibré. Chaque équipe dispute au moins deux rencontres en 12 points au tie-break ou 2 fois 5' contre la même équipe. Chaque équipe bénéficie d'un temps mort d'une minute pour s'adapter au contexte de jeu et du score. Chaque équipe a droit à un temps de concertation entre les rencontres pour ajuster leur organisation collective aux forces et faiblesses du jeu adverse. Les règles essentielles sont celles du volley-ball. Le nombre de services successifs effectués par le même joueur est limité à trois.</p>				
Positionnement précis dans le degré.	Repères d'évaluation			
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<p><b>AFLP 1</b> Réaliser des choix tactiques et stratégiques pour faire basculer le rapport de force en sa faveur et marquer le point</p>	<p>Renvois directs principalement. Organisation collective non identifiable. Peu ou pas de communication entre les joueurs. Beaucoup de fautes directes.</p>	<p>Relais avant irréguliers. Organisation collective aléatoire. Communication irrégulière entre les joueurs. Difficulté à s'adapter aux forces et faiblesses adverses.</p>	<p>Jeu avec relais avant systématique. Organisation collective identifiée. Communication régulière. Concertation pour s'adapter au rapport de force. Mise en difficulté des adversaires en plaçant (zone arrière privilégiée...).</p>	<p>Toutes les balles sont relayées lorsque c'est nécessaire. Organisation collective identifiée et respectée (rôles, actions combinées, temps morts concertés, remplacement). Mise en difficulté des adversaires en plaçant et/ou en frappant.</p>
Après avoir déterminé son degré d'acquisition, la proportion des oppositions gagnées permet de positionner l'élève au sein même du degré d'acquisition choisi.				
<b>7 points</b>	<p>Gain des matchs</p> <p>←-----→</p> <p><b>0 point ----- 1 point</b></p>	<p>Gain des matchs</p> <p>←-----→</p> <p><b>1,5 point ----- 3 points</b></p>	<p>Gain des matchs</p> <p>←-----→</p> <p><b>3,5 points ----- 5 points</b></p>	<p>Gain des matchs</p> <p>←-----→</p> <p><b>5,5 points ----- 7 points</b></p>
<p><b>AFLP 2</b> Mobiliser des techniques d'attaque efficaces pour se créer et exploiter des occasions de marquer ; Résister et neutraliser collectivement l'attaque adverse pour rééquilibrer le rapport de force</p> <p><b>5 points</b></p>	<p>Attaque : Faute de main ou renvoi direct systématique.</p> <p>Défense : Peur du ballon ou frappe explosive non contrôlée.</p> <p>Ne respect des espaces de jeu et gêne ses partenaires, pas de remplacement.</p> <p><b>0 point ----- 0,5 point</b></p>	<p>Attaque : Joueur centré sur la balle, mal orienté par rapport au filet. Les balles sont plus poussées que frappées.</p> <p>Défense : Défense correcte dans l'espace proche et plus aléatoire dans l'espace élargi.</p> <p>Respect des espaces de jeu, remplacement tardif.</p> <p><b>1 point ----- 2 points</b></p>	<p>Attaque : Joueur qui se place pour attaquer depuis la zone. Maîtrise technique permettant de frapper ou placer la balle.</p> <p>Défense : joueur mobile qui est capable de réceptionner sur le passeur ou de renvoyer (choix pertinent).</p> <p>Espace de jeu respecté et remplacement rapide.</p> <p><b>2,5 points ----- 4 points</b></p>	<p>Attaque : Joueur réactif qui se déplace pour placer et/ou accélérer les balles d'attaques.</p> <p>Défense : joueur mobile qui anticipe et vient en soutien. Les réceptions sont précises et s'enchaînent par une attaque collective.</p> <p>Organisation du jeu respectée et soutien de la part des joueurs non concernés par la balle.</p> <p><b>4,5 points ----- 5 points</b></p>

**Évaluation au fil de la séquence : 8 points**

Seuls les deux AFLP retenus par l'équipe pédagogique sont évalués pour constituer cette partie de la note sur 8 points

Les points de chaque AFLP seront répartis sur les 4 degrés de positionnement.

<b>AFLP 4 évalué</b>	<b>Repères d'évaluation</b>			
	<b>Degré 1</b>	<b>Degré 2</b>	<b>Degré 3</b>	<b>Degré 4</b>
Respecter et faire respecter les règles partagées pour que le jeu puisse se dérouler sereinement ; assumer plusieurs rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu	Ne connais pas le règlement et refuse les décisions des arbitres.  Ne s'implique pas assez régulièrement dans les rôles sociaux.	Connaissance approximative du règlement. Accepte les décisions des arbitres.  S'engage de façon épisodique dans les rôles sociaux.	Bonne connaissance du règlement. Respect des arbitres.  S'implique avec régularité dans les rôles sociaux.	Le règlement est maîtrisé. Respect des arbitres et des joueurs.  Participe et favorise le bon déroulement du fonctionnement collectif.

Les rôles sociaux :

- L'arbitre : gère le bon déroulement du match et siffle les infractions au règlement abordées en cours (marcher, sortie, faute...).
- Le marqueur : compte les points durant le match et les reporte sur la feuille de tournoi ou le scorer.
- L'observateur : relève des indicateurs simples sur les joueurs et les reporte sur une feuille d'observation.

<b>AFLP 5 évalué</b>	<b>Repères d'évaluation</b>			
	<b>Degré 1</b>	<b>Degré 2</b>	<b>Degré 3</b>	<b>Degré 4</b>
Savoir se préparer, s'entraîner et récupérer pour faire preuve d'autonomie	<b>Entraînement inadapté :</b> Echauffement insuffisant malgré le guidage. Faible engagement dans les phases d'apprentissage individuel et ou collectif.	<b>Entraînement partiellement adapté :</b> Echauffement incomplet qui a besoin d'être dirigé. Engagement irrégulier nécessitant de nombreuses répétitions pour accéder aux phases d'apprentissage individuel et ou collectif.	<b>Entraînement adapté :</b> Echauffement complet. Engagement très régulier permettant l'acquisition des apprentissages individuels et collectifs.	<b>Entraînement optimisé :</b> Echauffement maîtrisé et autonome. Engagement actif et constant favorisant la stabilisation des apprentissages individuels et collectifs.

Principe d'élaboration des épreuves du champ d'apprentissage 4 : VOLLEY

Matches en 4x4 sur un terrain de 14x7m, opposant des équipes homogènes entre elles afin que le rapport de force soit équilibré. Toutes les équipes se rencontrent dans un match en 2 sets gagnants de 15 points au tie-break. Des temps de concertation sont imposés lorsqu'une équipe atteint 8 points et entre les sets afin de permettre aux joueurs d'une même équipe d'ajuster leur organisation en fonction du jeu adverse. Les règles essentielles sont celles du volley-ball. Le filet est à une hauteur adaptée aux joueurs (entre de 2,10m et 2,30m). Il y a une rotation après 3 services gagnants au sein de l'équipe. Chaque équipe a un joueur qui assure le rôle de coach sur un set. Il y a 4 juges de lignes et deux arbitres le jour du CCF

Positionnement précis dans le degré.	Repères d'évaluation			
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
<p><b>AFLP 1</b> Réaliser des choix tactiques et stratégiques pour faire basculer le rapport de force en sa faveur et marquer le point</p> <p><b>7 points</b></p>	<p>- Pas d'organisation collective</p> <p>-Ne réalisent pas de choix tactiques car très peu de prises d'informations sur les caractéristiques individuelles ou collectives de leur équipe ou adversaire.</p> <p>-Pas d'organisation offensive et défensive identifiable.</p>	<p>- Maintien le rapport de force lorsqu'il est favorable. Routine sans chercher à mettre en danger l'adversaire</p> <p>-Organisation offensive avec un relais vers l'avant.</p> <p>-En attaque la cible est prioritairement la zone arrière adverse.</p> <p>- L'organisation en défense repose sur la sauvegarde du ballon</p>	<p>-Exploite le rapport de force lorsqu'il est favorable ou équilibré. Mises en danger de l'adversaire avec l'utilisation de situations favorables : attaques depuis la zone avant.</p> <p>-Organisation offensive avec un passeur vers l'avant.</p> <p>-L'organisation défensive est identifiable en situation de jeu et l'équipe se replace systématiquement après le renvoi.</p>	<p>-Fait basculer le rapport de force en sa faveur.</p> <p>-Adaptation collective face au problème posé par l'équipe adverse.</p> <p>-Combinaison d'actions de plusieurs joueurs avec des déplacements coordonnés et une variation du rythme du jeu. Les équipes se déplacent et se replacent constamment.</p> <p>-L'organisation défensive évolue en fonction des choix du jeu adverse (défense haute, défense basse).</p>
	Après avoir déterminé son degré d'acquisition, la proportion des oppositions gagnées permet de positionner l'élève au sein même du degré d'acquisition choisi.			
	<p>La grande majorité, voire tous les matchs sont perdus</p> <p>←-----→</p> <p>0 point-----1 point</p>	<p>Plus de matchs perdus que de matchs gagnés</p> <p>←-----→</p> <p>1,5 point-----3 points</p>	<p>Plus de matchs gagnés que de matchs perdus</p> <p>←-----→</p> <p>3,5 points-----5 points</p>	<p>La grande majorité, voire tous les matchs sont gagnés</p> <p>←-----→</p> <p>5,5 points-----7 points</p>

<p><b>AFLP 2</b></p> <p>Mobiliser des techniques d'attaque efficaces pour se créer et exploiter des occasions de marquer ;</p> <p>Résister et neutraliser individuellement ou collectivement l'attaque adverse pour rééquilibrer le rapport de force</p> <p><b>5 points</b></p>	<p>- L'élève renvoie le ballon exclusivement quand il vient sur lui et se déplace très peu.</p> <p>- Peu de techniques maîtrisées</p> <p>- Se « débarrasse » du ballon sans intention offensive.</p> <p>- Pas ou très peu d'attitude ni d'intention défensive. Statique</p>	<p>-Agit en vue de renvoyer le ballon, prioritairement dans le terrain adverse mais coordonne très peu ses actions avec ses partenaires.</p> <p>- Mise en place d'une défense, à l'efficacité limitée, essentiellement quand le ballon lui arrive dessus.</p>	<p>-Agit avec ses partenaires pour faire progresser le ballon haut en zone avant.</p> <p>-Utilisation efficace de plusieurs techniques d'attaque : attaque à trajectoire descendante frappée à une main dans le terrain adverse et / ou en visant un espace libre</p> <p>-Efficacité défensive, capable de relever des frappes en les rendant jouables par un partenaire.</p>	<p>-Agit en vue de faire circuler collectivement le ballon pour permettre de placer un partenaire en zone d'attaque favorable.</p> <p>-Utilisation d'une variété de techniques efficaces d'attaque et de défense.</p> <p>-Anticipe le changement de statut attaque/défense pour jouer soit la passe, soit l'attaque. Joueur très mobile.</p> <p>-Opposition systématique et neutralisation de l'attaque adverse en anticipant celle-ci. (contre et soutien efficace)</p>
	0 point-----0,5 point	1 point ----- 2 pts	2,5 points ----- 3,5 points	4 points ----- 5 points

AUTRE  
PROPOSITION  
CCF BAC PRO

**Evaluation au fil de la séquence : 8 points**

Seuls les deux AFLP retenus par l'équipe pédagogique sont évalués pour constituer cette partie de la note sur 8 points

Les points de chaque AFLP seront répartis sur les 4 degrés de positionnement.

AFLP 5 évalué	Repères d'évaluation			
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Savoir se préparer, s'entraîner et récupérer pour faire preuve d'autonomie	Mon échauffement est incomplet. J'ai besoin d'être encadré et guidé pour accepter la répétition	Je suis un élève suiveur en copiant l'échauffement de mes camarades.  Je répète la situation d'apprentissage pour progresser	Je suis autonome pour m'échauffer  Je répète et je m'entraîne pour progresser. J'écoute les conseils de mon partenaire ou de mon coach	Je sais parfaitement m'échauffer avec et sans ballon et mettre en place des situations adaptées en fonction des points faibles de chacun  Je peux être un élément moteur pour favoriser une dynamique de travail au sein de l'équipe
AFL 5 /2pts	0 ..... 0,25 pt	0,5 ..... 0,75 pt	1 ..... 1,5 pts	1,75 ..... 2 pts
AFL 5 /4pts	0 ..... 0,5 pt	1 ..... 1,5 pts	2 ..... 3 pts	3,5 ..... 4 pts
AFL 5 /6pts	0 ..... 1 pt	1,5 ..... 2,5 pts	3 ..... 4,5 pts	5 ..... 6 pts

AFLP 4 évalué	Repères d'évaluation			
	Degré 1	Degré 2	Degré 3	Degré 4
Respecter et faire respecter les règles partagées pour que le jeu puisse se dérouler sereinement ; assumer plusieurs rôles sociaux pour permettre le bon déroulement du jeu	- Arbitre peu concentré et en difficulté pour diriger le match et manipuler la fiche de score.  -Coach peu concerné par le match.  -Partenaire subissant la tâche, ne cherchant pas l'efficacité du geste.	- Arbitre concentré mais parfois en difficulté sur le respect du règlement, l'annonce reste timide avec peu d'erreurs ou limitées.  -Coach concentré mais n'intervenant pas sur déroulement du match. Il encourage.  -Partenaire ayant un rôle positif dans l'exécution de la tâche. Modifie son comportement en fonction de l'évolution.	- Arbitre concentré et concerné - L'annonce est claire et le respect du règlement général est effectif. - Les fiches sont parfaitement remplies.  -Coach concentré et concerné par l'évolution du score. Il donne des conseils.  -Partenaire ayant un rôle positif dans son action mais aussi dans celles de ses coéquipiers. Il cherche à conseiller.	- Arbitre concentré, concerné par le jeu et communiquant. Il sait prendre les bonnes décisions. - Le respect du règlement commun est précis  -Coach pertinent. Il suit l'évolution de rapport de force, et intervient pour le modifier.  -Partenaire ressource. Est capable d'influencer la pratique des joueurs avec qui il intervient
AFL 4 /2pts	0 ..... 0,25 pt	0,5 ..... 0,75 pt	1 ..... 1,5 pts	1,75 ..... 2 pts
AFL 4 /4pts	0 ..... 0,5 pt	1 ..... 1,5 pts	2 ..... 3 pts	3,5 ..... 4 pts
AFL 4 /6pts	0 ..... 1 pt	1,5 ..... 2,5 pts	3 ..... 4,5 pts	5 ..... 6 pts

# Référentiel CAP Académie de Créteil

## AFLP 1 et 2 : Situation d'évaluation de fin de séquence (notée sur 12 points)

### Principe d'élaboration de l'épreuve

### Volleyball

- **La classe est répartie en 3 groupes de niveaux de performance / habilité** constitués chacun de 2 à 3 équipes selon l'effectif. Les équipes sont composées de 3 joueurs issus de chaque groupe respectif sous une forme de « KING » (cf. annexe). Les partenaires varient donc d'un match à un autre au sein du même groupe de performance. Le brassage s'effectue sur les 3 matches effectués au sein du groupe.
- **Les matchs se jouent en un set de 24 mises en jeu.** Pour chaque équipe et pour chaque match, un **temps mort (2 min)** est imposé lorsque 12 mises en jeu ont été effectuées. Lors de ce temps mort (et à la fin des matchs), le candidat a accès au recueil statistique (score parlant) : en concertation avec ses partenaires, il peut ainsi décider de conserver / modifier leur pouvoir d'action sur la balle (cf. aménagement des règles) et se répartir un rôle fixe (réceptionneur / attaquant OU passeur / contreur) pour la suite et fin du match.
- **Les rôles d'arbitres** sont assurés par un ou 2 joueurs de l'équipe en attente selon le niveau de compétence constaté ou de l'engagement des équipes durant le match. Le rôle de secrétaire-scoreur par le 3<sup>e</sup> joueur de cette équipe.

#### Aménagement des règles :

- **Déroulement du jeu : 3 contre 3** sur un terrain de 7 m x 14 m avec un filet adapté pour que une main du plus petit joueur en sautant franchisse le filet (entre 2 m et 2 m 30). Dans chaque demi-terrain, 2 zones sont définies : zone arrière entre 7 m (fond de terrain) et 3 m et zone avant entre 3 m et le filet.
- **Engagement :** Chaque joueur sert **seulement deux fois de suite. Le service se fait en zone arrière obligatoire et est laissé au choix :** balle lancée de bas en haut à deux mains type « lancer entraîneur » (sans rotation du ballon) ou balle frappée à la cuillère ou service tennis avec possibilité d'avancer dans le terrain pour servir (si la balle est frappée de bas en haut). Le contre peut être autorisé sur le service afin de favoriser l'apparition de balles aux trajectoires arrondies.
- **Touche de balle :** Chaque candidat choisit une chasuble de couleur correspondant à son choix de pouvoir d'action sur la balle en 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> touche de balle.  
Rouge = utilise la passe canadienne sur toutes les frappes ; Orange = utilise la passe canadienne en réception/défense et à la passe mais ne peut renvoyer dans le terrain adverse qu'en frappant la balle ; Verte = utilise la passe canadienne seulement à la passe en tant que relayeur en zone avant mais ne peut réceptionner/défendre et renvoyer dans le terrain adverse que par une frappe réglementaire ; Bleue = n'utilise jamais la passe canadienne.
- **Marque :** Le système de point est mis en place sous la forme d'un score parlant : un point marqué à partir d'une balle placée en zone arrière ou une balle accélérée tendue smashée (touchée par un seul adversaire ou atteignant directement la cible) vaut **2 points (« Super Point »)**, les autres façons de marquer valent **1 point**. Le nombre de « Super Points » marqués renseigne l'équipe sur son efficacité et sur la pertinence de ses choix qui sera valorisé pour l'AFLP3.
- **Le candidat est positionné dans un degré d'acquisition** et sa note est ajustée en fonction de la proportion des oppositions gagnées établies à partir de la somme de ses goal-average (principe du « king »).  
Efficacité maximale (haut de la fourchette de note) : les équipes avec lequel le candidat a joué gagnent avec un goal-average très positif. /  
Efficacité minimale (bas de la fourchette de note) : les équipes avec lesquelles le candidat a joué perdent avec un goal-average très négatif.

## AFLP 3, 4, 5 et 6 : Évaluation réalisée au fil de la séquence (notée sur 8 points)

L'enseignant retient le meilleur degré d'acquisition atteint par l'élève au cours de la séquence sur chacun des 4 AFLP. Il choisit les 2 AFLP pour compléter sa note de CCF. Les 2 autres AFLP non retenus pour le CCF alimentent la note de contrôle continu La répartition des points est choisie par l'élève au cours des premières séances (4-4 / 6-2 / 2-6)

### Volleyball

#### Situation d'évaluation :

- Au cours de la séquence l'enseignant identifie le degré d'acquisition atteint par les élèves dans les deux AFLP retenus. Ce choix de l'enseignant est annoncé lors de la première partie de la séquence et les élèves répartissent alors les 8 points à leur convenance (4-4 / 6-2 / 2-6). Les AFLP sont évalués au travers :
- des **situations de travail / d'apprentissage (AFLP3)** : Le score parlant (« Super Points ») se concrétise par la mention « **Super Efficace** » sur les situations de travail / d'apprentissage (nombre du Super Points par situation supérieur à 6) lors des matchs d'entraînement.
  - de **l'échauffement (AFLP5)** : sa réalisation est confiée à chaque joueur pour la partie générale et à l'équipe pour la partie spécifique.
  - de **toutes les situations (de travail ou d'opposition)** permettant la tenue des rôles de joueur, arbitre et partenaire (**AFLP4 et AFLP6**).

# Référentiel BAC PRO Académie de Créteil

## AFLP 1 et 2 : Situation d'évaluation de fin de séquence (notée sur 12 points)

### Principe d'élaboration de l'épreuve

### Volleyball

- La classe est répartie en 3 groupes constitués chacun de 2 à 3 équipes selon l'effectif. Les équipes sont composées de 3 joueurs issus de chaque groupe respectif sous une forme de « KING » où les partenaires varient d'un match à un autre au sein du même groupe. Le brassage s'effectue sur les 3 matchs effectués au sein du groupe.
- Les matchs se jouent en un set de 24 mises en jeu. Pour chaque équipe et pour chaque match, un temps mort (2 min) peut être demandé à n'importe quel moment du match. Lors de ce temps mort (et à la fin des matchs), le candidat a accès au recueil statistique (score parlant) : en concertation avec ses partenaires, il peut ainsi décider de conserver / modifier leur pouvoir d'action sur la balle (cf. aménagement des règles) et se répartir un rôle fixe (réceptionneur / attaquant OU passeur / contreur) pour la suite et fin du match ou pour l'opposition suivante.
- Les rôles d'arbitres sont assurés par un ou 2 joueurs de l'équipe en attente selon le niveau de compétence constaté ou de l'engagement des équipes durant le match. Le rôle de secrétaire-scoreur par le 3<sup>e</sup> joueur de cette équipe.

#### Aménagement des règles :

- **Déroulement du jeu : 3 contre 3** sur un terrain de 7 m x 14 m avec un filet adapté pour que une main du plus petit joueur en sautant franchisse le filet (entre 2 m et 2 m 30). Dans chaque demi-terrain, 2 zones sont définies : zone arrière entre 7 m (fond de terrain) et 3 m et zone avant entre 3 m et le filet.

- **Engagement** : Chaque joueur sert **seulement deux fois de suite**. Le service se fait en zone arrière obligatoire et est laissé au choix : balle lancée de bas en haut à deux mains type « lancer entraîneur » (sans rotation du ballon) ou balle frappée à la cuillère ou service tennis avec possibilité d'avancer dans le terrain pour servir (si la balle est frappée de bas en haut). Le contre est autorisé sur le service afin de favoriser l'apparition de balles aux trajectoires arrondies.

- **Touche de balle** : Chaque candidat choisit une chasuble de couleur correspondant à son choix de pouvoir d'action sur la balle en 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> touche de balle.

Rouge = utilise la passe canadienne en réception/défense et à la passe mais ne peut renvoyer dans le terrain adverse qu'en frappant la balle ; Orange = utilise un dribble en réception/défense et la passe canadienne à la passe ; Verte = n'utilise plus d'aménagement en réception/défense mais continue d'utiliser la passe canadienne en tant que relayeur en zone avant ; Bleue = n'utilise plus aucun aménagement.

- **Marque** : Le système de point est mis en place sous la forme d'un score parlant : un point marqué à partir d'une balle placée ou une balle accélérée tendue smashée touchée par un seul adversaire ou atteignant directement la cible vaut 2 points (« Super Point »), les autres façons de marquer valent 1 point. Le nombre de « Super Points » marqués et encaissés renseignent l'équipe sur la pertinence de ses choix tactiques et stratégiques (AFLP1).

- Le candidat est positionné dans un degré d'acquisition et sa note est ajustée en fonction de la proportion des oppositions gagnées établies à partir de la somme de ses goal-average.

Efficacité maximale (haut de la fourchette de note) : les équipes avec lequel le candidat a joué gagnent avec un goal-average très positif. / Efficacité minimale (bas de la fourchette de note) : les équipes avec lesquelles le candidat a joué perdent avec un goal-average très négatif.

## AFLP 3, 4, 5 et 6 : Évaluation réalisée au fil de la séquence (notée sur 8 points)

L'enseignant retient le meilleur degré d'acquisition atteint par l'élève au cours de la séquence sur chacun des deux AFLP retenus par l'équipe pédagogique.  
La moyenne se situe au début du degré 3. La répartition des points est choisie par l'élève avant l'évaluation de fin de séquence (4-4 / 6-2 / 2-6).

### Volleyball

**Situation d'évaluation** : Au cours de la séquence l'enseignant identifie le degré d'acquisition atteint par les élèves dans les deux AFLP retenus. Ce choix de l'équipe pédagogique est annoncé lors de la première partie de la séquence et les élèves répartissent alors les 8 points à leur convenance (4-4 / 6-2 / 2-6). Les AFLP sont évalués au travers de :

- l'analyse du recueil statistique de la confrontation réalisée lors du temps mort et / ou en fin de confrontation (nombre de « Super Points » marqués ET encaissés (AFLP3)
- la conduite autonome de l'échauffement, de la récupération et de l'engagement et la persévérance dans les situations d'apprentissage (AFLP5).
- toutes les situations (de travail ou d'opposition) permettant la tenue des rôles de joueur, arbitre, observateur et partenaire (AFLP4 et AFLP6).

# JEU DE L'ORAL 1 : ÉTUDE DE CAS VIDÉOS

- 6 GROUPES DE 5/6 PERSONNES AVEC UNE TABLETTE ET UNE FICHE
- VISIONNER LA VIDÉO ET REMPLIR LA FICHE D'OBSERVATION POURQUOI ILS SONT COMME ÇA ET QUE PEUT-ON LEUR PROPOSER ? (PROBLÈMES RENCONTRÉS - ACQUISITIONS DES ÉLÈVES - AXES DE TRAVAIL - SA PROPOSÉES)
- BILAN (MAINTENANT ET / OU DEMAIN, TOUS ENSEMBLE OU PAR GROUPE)

# FICHE D'OBSERVATION (JEU DE L'ORAL 1)

Thème :

Membres du groupe :

Acquisitions  
initiales

Problèmes  
rencontrés

Voies  
d'amélioration

SA1

SA2

Utiliser le  
service  
pour mettre  
en danger  
l'équipe  
adverse



Créer la  
rupture par  
des  
attaques  
variées

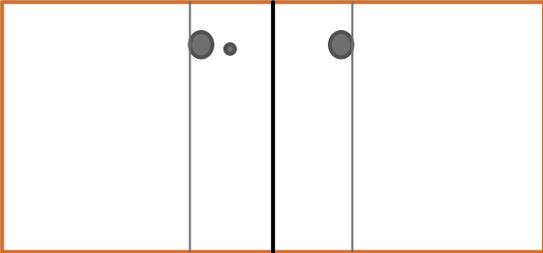
Continuité du  
jeu assurée  
par un  
placement  
replacement  
constant des  
équipiers

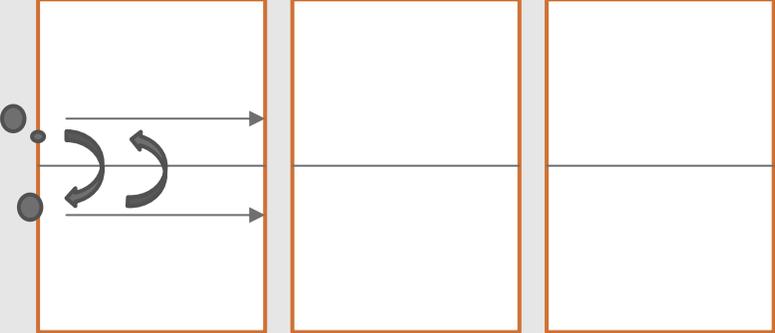
Réceptionne et  
défend des  
balles  
accélérées  
et/ou  
éloignées

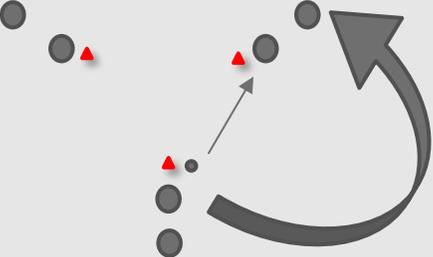
Continuité  
du jeu  
assurée par  
une  
distribution  
de rôles  
adaptée

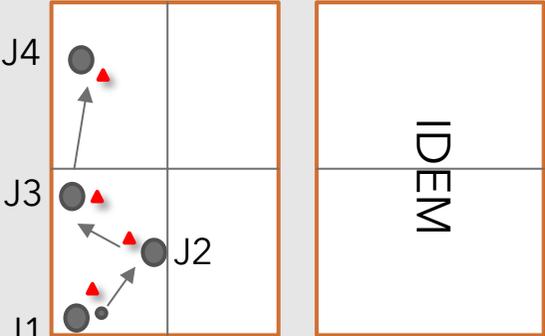
# ÉCHAUFFEMENT, ENTRÉE DANS L'ACTIVITÉ

VOLLEY	RITUEL D'ÉCHAUFFEMENT	Objectifs	Automatiser l'échauffement	N3 et 4
			Manipulation de balle	
Schéma			Consignes	
 <p>Par 2 de chaque côté du filet départ ligne de fond (rouge) 1 ballon pour 2 (commencer sans ballon selon la classe).</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Course avant et arrière, pas chassés avant et arrière, check sous le filet, contres, ventre au sol, tipping, accélération...</li> <li>• Faire tourner le ballon autour du ventre, autour de la tête, dribbles, échanges au dessus du filet 1 ou 2 mains, en dessous, passes hautes zone avant...</li> <li>• Un élève reste au filet et jongle (1 ou 2 mains, gauche et droite, haut ou bas), l'autre élève fait 1 aller retour ligne rouge puis on change</li> </ul>	
Critères de réussite			Critères de réalisation	
<p>Le moins de perte de balle possible (les faire compter)          Mémoriser les actions          Les élèves sont échauffés</p>			<p>Prendre des informations grâce aux lignes, au filet, au partenaire et au ballon          Se placer en arrière et en dessous de la balle          Tous les doigts touchent la balle          Écarter les coudes          Extension jambes, bras et poignets</p>	
VARIABLES				
<p>V : sous forme de parcours          V : 10 passes reculer d'un pas          V : passes arrières N4</p>				

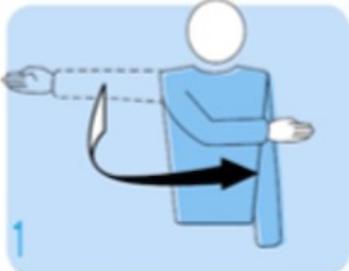
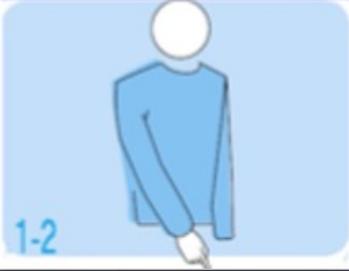
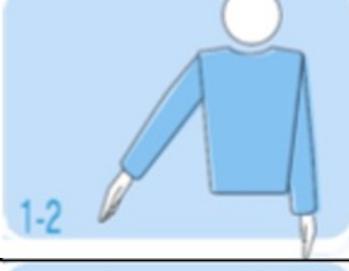
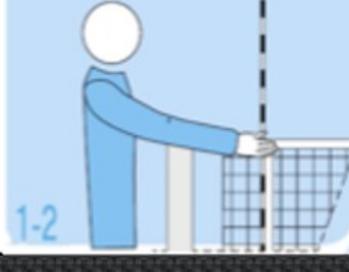
VOLLEY	« PASSES DRIBBLEES »	Objectifs	Placement sous la balle	N3 et 4
			Lecture de la trajectoire de la balle	
Schéma			Consignes	
 <p>Par 2 de chaque côté du filet départ ligne des 3 mètres, 1 ballon pour 2</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Se placer sur la ligne des 3 mètres par 2 de chaque côté du filet</li> <li>Se renvoyer la balle en passe haute</li> <li>A la réception : aller chercher la balle à une main le plus haut possible pour la faire rebondir ensuite fort au sol</li> <li>Après le rebond (plus haut que la tête, 30 cm au moins), se placer et effectuer une passe haute au partenaire de l'autre côté du filet</li> </ul>	
Critères de réussite			Critères de réalisation	
<p>Réussir à effectuer un nombre d'échanges définis (ex : 10) Perdre le moins de fois possible la balle, la contrôler</p>			<p>Regarder la balle pour se déplacer (PIV) Aller chercher la hauteur avec la main (droite pour les droitiers) Dribbler en fléchissant le poignet et accompagner avec le bras Se placer sous et en arrière de la balle Fléchir les jambes et renvoyer avec les mains ouvertes, action du poignet</p>	
<b>VARIABLES</b>				
<p>V : rebond deux mains V : Réaliser cette exercice seul, se faire un rebond, un jonglage et enchaîner à 1 ou 2 mains V : 1 contre 1 avec dribble puis sans dribble</p>				

VOLLEY	« TRAVERSEE DE TERRAIN »	Objectifs	Passes hautes (orientation) Déplacements latéraux	N3 et 4
Schéma			Consignes	
<p>Par 2 de chaque côté du filet départ hors terrain, 1 ballon pour 2</p> 			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Traverser le terrain de volley en largeur en se faisant des passes hautes</li> <li>• Se suivre en pas chassés face à face pour mieux se voir</li> <li>• Autoriser un ou deux arrêt(s) au début</li> <li>• Mettre un plot « record » fille et un plot garçon pour le record de longueur sur 3 terrains</li> </ul>	
Critères de réussite			Critères de réalisation	
<p>Aller le plus loin possible, avoir le record Peu de perte de balle (compter sur les 3 terrains combien de fois)</p>			<p>Orientation des appuis et des épaules vers le futur lieu de réception S'arrêter pour jouer, ne pas se précipiter, prendre son temps Envoyer en avant du joueur dans sa course</p>	
<b>VARIABLES</b>				
<p>V : avec jonglages autorisés  V : un aller retour (aller passes courtes, retour passes longues)  V : faire un parcours avec obstacles (s'éloigner, se rapprocher, changer de place, jonglages...)  V : idem en manchette  V : challenge toute la classe placée, faire traverser la balle jusqu'au bout des 3 terrains en coopération</p>				

VOLLEY	« LE TRIANGLE »	Objectifs	S'orienter pour passer	N3 et 4
			Enchaînement d'actions	
Schéma			Consignes	
<p>1 ballon pour 6, 2 élèves par plots en colonne, face au centre</p> 			<ul style="list-style-type: none"> <li>Effectuer un « passe et suis » puis un « passe et vas »</li> <li>N1 : je passe à droite et je cours à droite</li> <li>N2 : je passe à gauche et je cours à gauche</li> <li>N3 : je passe à droite et je cours à gauche</li> <li>N4 : je passe à gauche et je cours à droite</li> <li>Défis : toucher le sol avant de renvoyer, jongler, s'asseoir, 360°...</li> </ul>	
Critères de réussite			Critères de réalisation	
<p>Réussir 3 tours complet (du triangle) par la balle OU Perdre le moins de balle possible en 1 minute</p>			<p>Prendre les informations visuelles au bon endroit, anticiper Répéter dans sa tête les actions à faire (regarde à gauche, passe à droite et cours à gauche) Orienter ses appuis et épaules en direction du futur receveur S'entraider, se conseiller</p>	
VARIABLES				
<p>V : Idem, 2 groupes de 3 en face à face V : 2 groupes avec filet V : Idem en manchettes</p>				

VOLLEY	« LE ZIG ZAG »	Objectifs	Placement sous la balle Coopération / Relais	N3
<b>Schéma</b>			<b>Consignes</b>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tous les élèves se placent aux plots, 4 par demi-terrain en largeur, ligne rouge au fond</li> <li>• L'objectif est de réussir à faire passer la balle de J1 à J2 puis J3 et J4 en passes hautes sans perdre la balle</li> <li>• L'équipe donne son résultat à haute voix à chaque fois qu'elle réussit (J4 attrape la balle)</li> <li>• Tous les joueurs changent de place lorsque J4 attrape la balle (J4 devient J1, J1 devient J2 ...)</li> <li>• Le plot est un repère, l'élève doit se déplacer pour jouer</li> </ul>	
<b>Critères de réussite</b>			<b>Critères de réalisation</b>	
Être l'équipe avec le plus gros score en 2 minutes			<p>Orienter ses appuis et épaules vers le joueur suivant          Communiquer, appel de balle          Pousser sur les jambes, coudes écartés et pousser sur tous les doigts pour passer          Repère : « prendre une photo de l'horizon » au moment de la passe          Chercher la hauteur pour laisser du temps, se mettre « en dessous »</p>	
<b>VARIABLES</b>				
<p>V : Tourner si un poste bloque trop longtemps          V : jonglages autorisés          V : Mettre J4 au fond du terrain          V : J4 fait un jonglage ou une manchette sur lui (N4)          V : J3 frappe à une main enroulée (N4)</p>				

# ARBITRAGE : GESTES PRINCIPAUX

Faits à signaler	Gestes à exécuter	Faits à signaler	Gestes à exécuter
Autorisation de servir	Déplacer la main pour indiquer la direction du service 	Pénétration dans le camp adverse	Montrer du doigt la ligne centrale 
Ballon « dehors »	Lever les avant-bras verticalement, les mains ouvertes et les paumes vers soi 	Double touche	Lever 2 doigts écartés 
Ballon « dedans »	Étendre le bras et les doigts vers le sol 	Quatre touches	Lever 4 doigts écartés 
Filet touché par un joueur	Toucher le côté du filet 	Ballon tenu	Lever lentement l'avant-bras, la paume de la main vers le haut 

# ARBITRAGE : 2 OPTIONS

	AUTO-ARBITRAGE	ARBITRE FIXE
AVANTAGES	<ul style="list-style-type: none"><li>- Meilleure gestion des groupes</li><li>- Davantage de temps de pratique</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Moins de conflits</li><li>- Meilleure visibilité</li><li>- Rôle pour les inaptes</li></ul>
INCONVÉNIENTS	<ul style="list-style-type: none"><li>- Conflits sur un point</li><li>- Capacité double tâche</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Moins de temps de pratique</li><li>- Arbitre victime de l'énerverement des joueurs</li><li>- Demande plus d'organisation (arbitre ligne, principal...)</li></ul>

# CONSTITUTION DES ÉQUIPES DE 5

1/ MATCHS GENRÉS : ÉQUIPES DE FILLES ET DE GARÇONS

2/ MATCHS AFFINITAIRES : ÉQUIPES AU CHOIX (JONGLAGES EN T1)

3/ MATCHS DE NIVEAUX : LIGUE 1 ET LIGUES 2 (« LA TURBINE »)

# BILAN CONSTITUTION ÉQUIPES

Choix	Avantages	Inconvénients
Genre	- -	- -
Affinité	- -	- -
Niveau	- -	- -

# MARDI

- RETOUR ORAL 1 SI BESOIN
- QUIZZ
- PRATIQUE : JEU EN MOUVEMENT, PRISE D'INFORMATIONS, S'ARRÊTER POUR RENVOYER
- RETOUR SUR PRATIQUE
- PLACEMENT SOUS LA BALLE

# QUIZZ

LE VOLLEY EST-IL  
FAIT POUR VOUS ?

1- EXISTE T'IL UNE OU PLUSIEURS HAUTEURS DE  
FILET RÉGLEMENTAIRES?

A / 2M24

B / 2M35

C / 2M43

D / 2M45

2- COMBIEN DE POINTS PENSEZ-VOUS QU'IL  
FAILLE MARQUER POUR GAGNER LE 5È SET ?

A / 25

B / 21

C / 15

3- SI VOUS PENSEZ QUE C'EST LA DÉFENSE QUI FAIT GAGNER, CE RÔLE EST POUR VOUS ! SPÉCIALISTE DES TÂCHES DÉFENSIVES, VOUS NE POUVEZ PAS SERVIR NI ATTAQUER ET VOUS NE POUVEZ PAS PASSER AVEC LES MAINS DEVANT LA LIGNE DES 3 MÈTRES. POUR VOS EFFORTS COLLECTIFS, VOUS AVEZ MÊME LE DROIT À UN PLUS BEAU MAILLOT. SI VOUS MESUREZ MOINS D'1M80 POUR UN HOMME OU 1M55 COMME AUDREY, CE SERA VOTRE POSTE PRÉFÉRÉ OU IMPOSÉ !?

A / LIBÉRAL

B / RÉCEPTIONNEUR

C / LIBÉRO

D / BOLÉRO

4- QUEL EST LE COUP PRÉFÉRÉ DU FACTEUR AU VOLLEY, LORS D'UN CONTRE ?

A / BOITE AUX LETTRES

B / COURRIER

C / LETTRE

D / GRÈVE

5- QUEL EST LE COUP PRÉFÉRÉ DES MARTELS QUI  
CONSISTE À FEINTER LE SMASH ET DÉPOSER LA  
BALLE DÉLICATEMENT DANS UN ENDROIT OÙ IL N'Y  
A PERSONNE ?

A / UNE GRENOUILLE

B / UNE BIDOUILLE

C / UNE CORSE

D / UNE MERDOUILLE

6- LORSQUE VOUS MARQUEZ UN POINT SUR UN SERVICE DE L'ÉQUIPE ADVERSE, CHAQUE MEMBRE DE VOTRE ÉQUIPE

A / SE DÉCALE D'UNE POSITION DANS LE SENS DES AIGUILLES D'UNE MONTRE

B / SE DÉCALE D'UNE POSITION DANS LE SENS INVERSE DES AIGUILLES D'UNE MONTRE.

C / SE DÉCALE PAR RAPPORT AU LIBÉRO

7- VOUS ÊTES GRAND(E), BEAU-BELLE ET FORT(E), ET VOUS JOUEZ EN POINTE LORSQUE VOUS ÊTES EN BOUT DE FILET, SUR LES AILES. VOUS ÊTES SPÉCIALISTE DE L'ATTAQUE, EN SMASH ET SOUVENT UNE SOLUTION PRIVILÉGIÉE PAR LA PASSEUSE OU LE PASSEUR.

A / POINTU

B / ATTAQUANT

C / PIVOT

D / INSUPPORTABLE

8- PRONONCÉE À L'ANGLAISE, VOUS EFFECTUEZ CE COUP EN DÉLIVRANT UNE PASSE COURTE POUR LE CENTRAL OU LA CENTRALE DERRIÈRE LA LIGNE DES 3 MÈTRES. CA VA TRÈS VITE ET ÇA FAIT UN POINT.

A / HALF

B / PIPE

C / CURL

D / CHOPPY

9- DE QUEL COUP PARLE JULIEN LYNEEL  
LORSQU'IL DIT « J'EN AI RAMASSÉ UN PAQUET EN  
PLEINE TÊTE LORS DES CONTRES » ?

A / UNE ALLUMETTE

B / UNE BOUGIE

C / UNE BOITE

D / UN CHALLENGE

10- QUE DÉSIGNE UNE DÉFENSE SPECTACULAIRE OÙ  
VOUS PLONGEZ AU SOL BRAS TENDU POUR  
RÉCEPTIONNER LA BALLE AVEC LA MAIN POSÉE AU SOL.  
QUAND VOUS SEMBLEZ ÊTRE TROP JUSTE EN DÉFENSE,  
PENSEZ À :

A / LA GRECQUE

B / LA POLAK

C / LA RUSSE

D / LA CORSE

11- VOUS ATTAQUEZ SUR DES PASSES COURTES ET VOUS ATTIREZ LE CONTRE ADVERSE POUR LIBÉRER VOS PARTENAIRES PAR DES FIXATIONS. EN DÉFENSE, VOUS CONTREZ, VOUS CONTREZ ET VOUS CONTREZ VOUS ÊTES, VOUS ÊTES....POSTE :

A / ARRIÈRE

B / CENTRAL

C / 2

D / 6

12- DANS LES 4 PREMIERS SETS, L'ÉQUIPE RETOURNE VOIR SON ENTRAÎNEUR POUR UN TEMPS MORT DE 60 SECONDES. SAUF DANS LE TIE BREAK : PAS LE TEMPS DE SOUFFLER ! CE TEMPS-MORT TECHNIQUE EST PLACÉ AU BOUT DE COMBIEN DE POINTS ?

A / 8 POINTS

B / 10 POINTS

C / 16 POINTS

D / 15 POINTS

# 13- IL PEUT ÊTRE SMASHÉ, FLOTTANT OU PLACÉ SELON LE TYPE DE FRAPPE :

A / LE SMASH

B / LE POINTU

C / LE SERVICE

D / LE BALLON

## 14- IL Y A FAUTE DE PIED QUAND :

A / VOUS MORDEZ LA LIGNE DES 3 MÈTRES EN ATTAQUANT À  
L'ARRIÈRE

B / VOUS MORDEZ LA LIGNE DE SERVICE

C / VOTRE PIED FRANCHIT ENTIÈREMENT LA LIGNE CENTRALE SOUS LE  
FILET

15- MALGRÉ SON NOM, VOUS NE DEVEZ PAS LA  
VISER ! C'EST L'ANTENNE SITUÉE À CHAQUE BOUT  
DU FILET. SI VOUS LA TOUCHEZ, C'EST UNE FAUTE.

A / LA TANGIBLE

B / LA VISÉE

C / LA MIRE

D / LA LESSIVE

16- EN ATTAQUE, VOUS POUVEZ VISER LES BRAS DU CONTRE POUR FAIRE REBONDIR LA BALLE EN DEHORS DU TERRAIN. VOUS MARQUEZ ALORS LE POINT EN RÉALISANT UN COUP SPECTACULAIRE QUI FAIT RAGER VOS ADVERSAIRES.

A / DOUBLE CONTRE

B / IN YOUR FACE

C / PISTON

D / BLOCK OUT

# 17- COMMENT APPELLE T-ON LES RÉCEPTIONS PARFAITES DE CC ?

A / PISTON

B / PERFECT

C / ASSIETTE

D / PLATEAU

18- LE BALLON PEUT ÊTRE JOUÉ AVEC  
N'IMPORTE QUELLE PARTIE DU CORPS, Y  
COMPRIS LE PIED, SAUF AU SERVICE

A / VRAI

B / FAUX

C / VRAI SAUF EN UNSS

19- UN JOUEUR, AU MOMENT DE SA FRAPPE  
DE BALLE, MET À MOITIÉ LE PIED SUR LA  
LIGNE SOUS LE FILET

A / C'EST FAUTE DE PÉNÉTRATION, SON ÉQUIPE  
PERD LE POINT

B / IL N'Y A PAS FAUTE, LE JEU CONTINUE

20- LORS D'UN MATCH, UN JOUEUR AU SERVICE LANCE MAL SA BALLE, LA LAISSE DONC TOMBER, LA RÉCUPÈRE ET LA RELANCE POUR EFFECTUER SON SERVICE. EN A-T-IL LE DROIT ?

A / OUI

B / NON

C / OUI SI BALLE TOMBE AVANT LA LIGNE EXTÉRIEURE

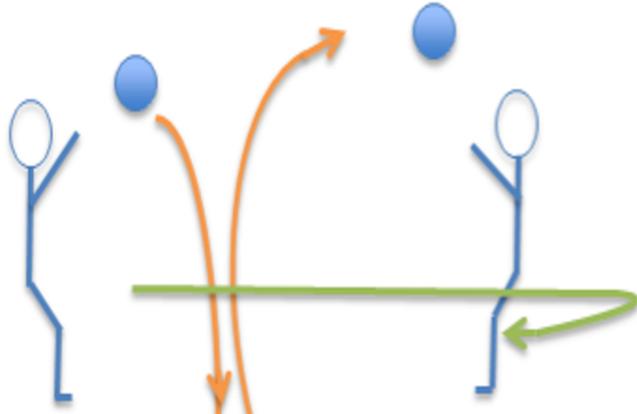
21- SI VOUS AVEZ FAIT TROP D'ERREUR AUX QUESTIONS PRÉCÉDENTES, CETTE VARIANTE DU VOLLEY-BALL EST PEUT-ÊTRE POUR VOUS ! VOUS JOUEZ SUR LE SABLE AU SOLEIL COMME MICKA, À 2 CONTRE 2 ET VOUS GAGNEZ LE MATCH EN REMPORTANT DEUX SETS DE 21 POINTS.

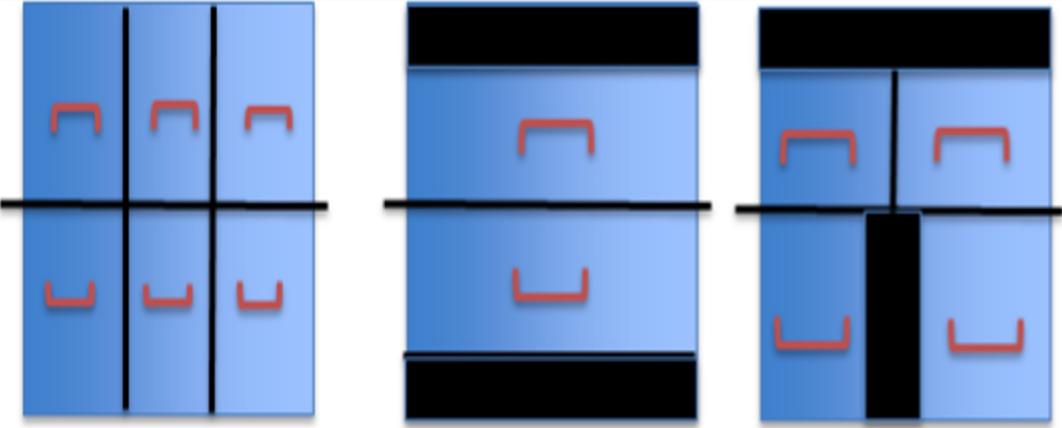
A / LE SAND-BALL

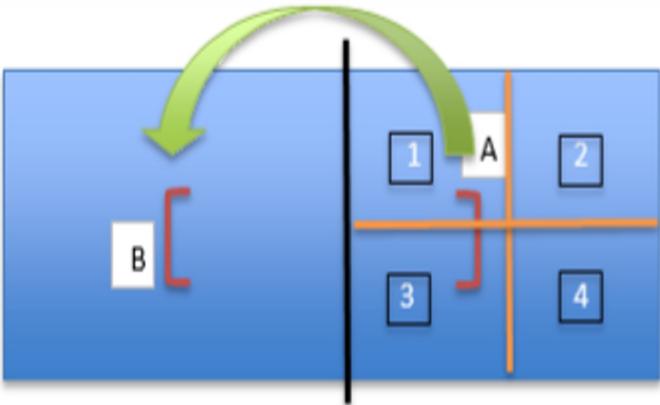
B / LE BEACH V.....

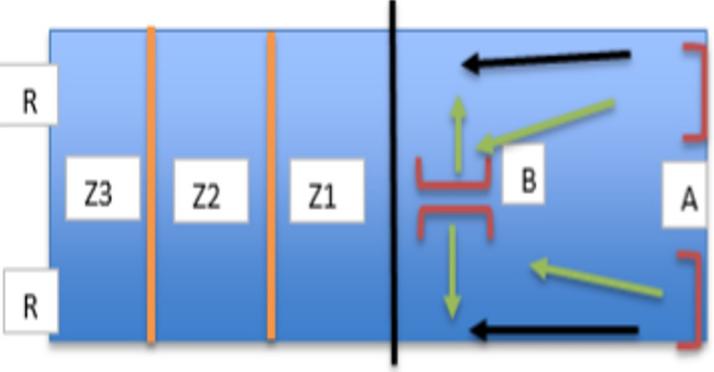
C / LE SOCCER

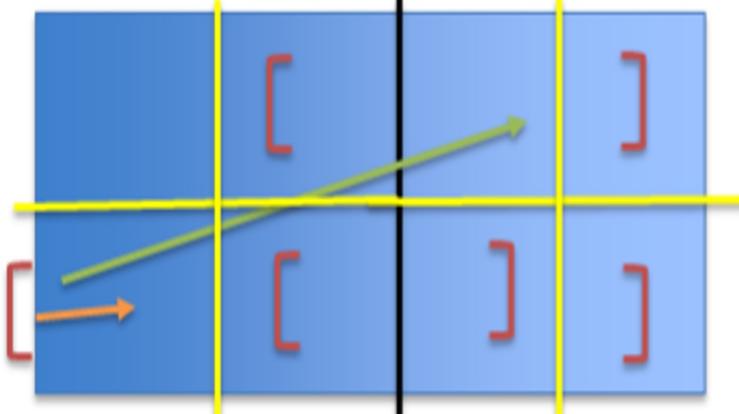
D / LE BRONZAGE

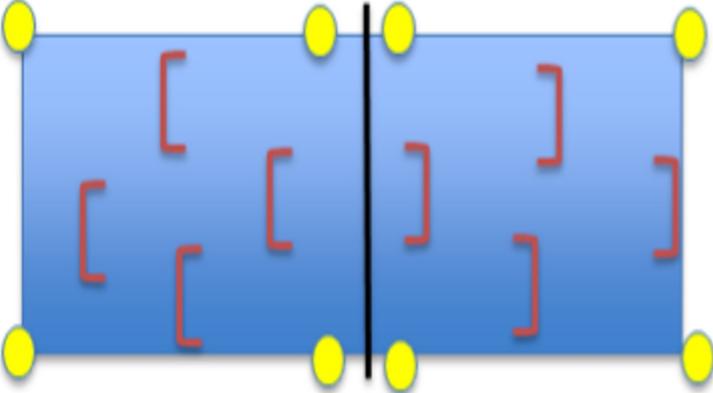
<b>VOLLEYBALL</b>	<b>NOM SA: Je me déplace, je bloque, je joue</b>	Objectif	Echauffement	<b>N3</b>
			Enchaînement des actions (mouvement)	
<i>Schéma</i>			<i>Consignes</i>	
<p>1 balle pour 1,</p> 			<p>Je lance la balle et passe par-dessous après 1, 2 ou 3 rebonds. Puis je bloque celle-ci au dessus de la tête ou à hauteur des hanches. Toujours voir la balle au moment où on l'a joué. Déplacement rapide vers la chute du ballon. S'arrêter après le déplacement au moment de jouer le ballon.</p>	
<i>Critères de réussite</i>			<i>Critères de réalisation</i>	
J'enchaîne plusieurs fois la situation (5 ou plus)			Finir en extension complète pour lancer la balle vers le haut. Se déplacer rapidement. Se placer sous la balle.	
<b>VARIABLES</b>				
Idem avec contrôle du ballon sur une touche haute ou basse à 2 mains et j'enchaîne.				
Idem avec frappe dans ses mains après la touche haute et blocage du ballon ou 2 <sup>e</sup> touche inversée par rapport à la 1 <sup>ère</sup> .				

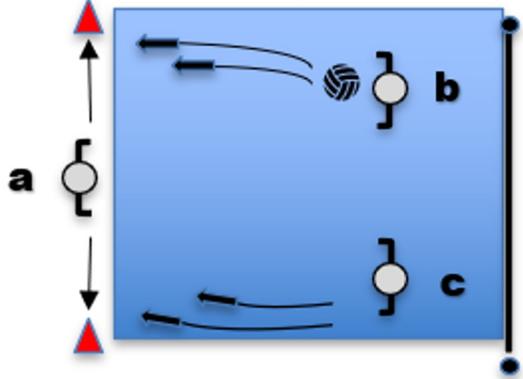
<b>VOLLEYBALL</b>	<b>NOM SA: 1c1 terrains variés</b>	Objectif	Déplacements variés	<b>N3</b>
			Lecture des espaces libres	
Schéma			Consignes	
			Jeu en 1 contre 1 sur 3 types de terrain différents. Les dimensions sont différentes.	
Critères de réussite			Critères de réalisation	
Gagner la rencontre			Attitude pré dynamique. Déplacements et placement sous la balle	
<b>VARIABLES</b>				
Blocage autorisé.				
Jonglage illimité ou limité à 2/3 touches autorisées.				

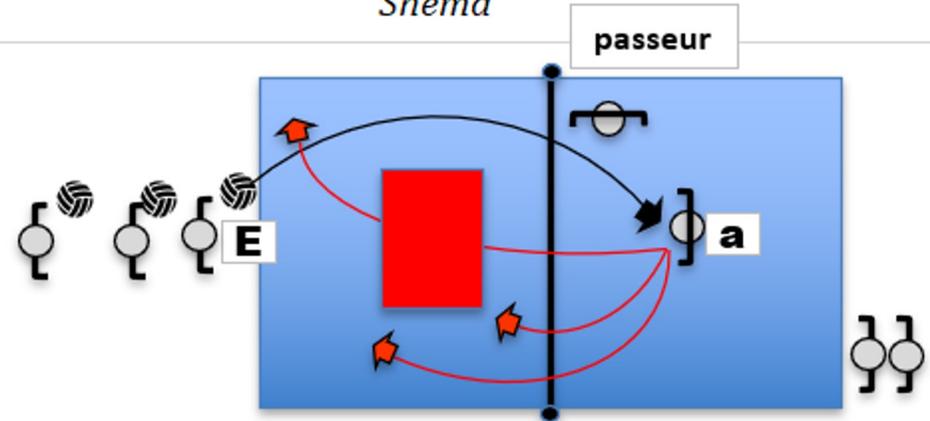
<b>VOLLEYBALL</b>	<b>NOM SA: Je me déplace, je vise, je joue</b>	Objectif	Anticiper ses déplacements	<b>N3</b>
<i>Schéma</i>			<i>Consignes</i>	
			<p>Le joueur A envoie le ballon dans le camp du joueur B. B bloque le ballon, se le lance et renvoie sur A qui se déplace librement dans le terrain. Toujours voir la balle au moment où on la joue. Se déplacer vers la chute du ballon avant de le jouer.</p>	
<i>Critères de réussite</i>			<i>Critères de réalisation</i>	
Renvoyer la balle 3 fois sur 5 dans la zone visée.			Finir en extension complète pour lancer la balle vers le haut. Se déplacer rapidement. Se placer sous la balle.	
<b>VARIABLES</b>				
B renvoie le ballon avec touche de balle haute à 2 mains puis en touche basse à 2 mains puis au choix du joueur sans bloquer.				
Renvoyer 1 fois dans chaque zone puis A se place dans une des 4 zones. Idem avec un joueur relais avant le renvoi.				

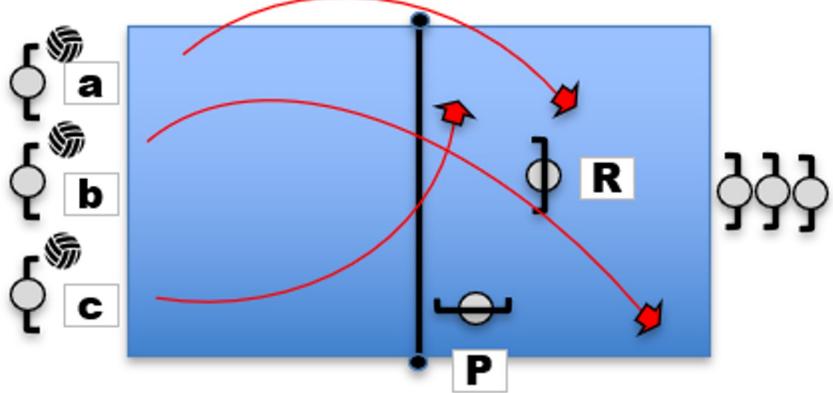
<b>VOLLEYBALL</b>	<b>NOM SA: Jouer sur la profondeur</b>	Objectif	Déplacement et placement sous la balle	<b>N3</b>
		<i>Schéma</i>	<i>Consignes</i>	
		 <p>The diagram shows a volleyball court layout. A central net is represented by a vertical black line. To the left of the net are three zones labeled Z1, Z2, and Z3, separated by orange vertical lines. To the right of the net are two players, A and B, positioned near the net. Player A is on the right, and player B is on the left. Red brackets are drawn around player B, indicating a blocking position. Green arrows point from player A towards player B. Black arrows point from player B towards the three zones (Z1, Z2, Z3). On the far left, two boxes labeled 'R' are positioned, representing the receiving player. The court floor is shaded in light blue.</p>	<p>Le joueur A envoie vers le joueur B. B peut bloquer le ballon et envoie la balle à A qui vise une des 3 zones dans le camp adverse. Toujours voir la balle au moment où on la joue. Se déplacer vers la chute du ballon avant de le jouer.</p>	
		<i>Critères de réussite</i>	<i>Critères de réalisation</i>	
		Renvoyer la balle 3 fois sur 5.	Finir en extension complète pour lancer la balle vers le haut. Se déplacer rapidement. Se placer sous la balle.	
<b>VARIABLES</b>				
R se place dans une des 3 zones et A envoie sur R qui doit bloquer le ballon.				
R se place dans une des 3 zones et A envoie dans une des 2 zones libres restantes.				

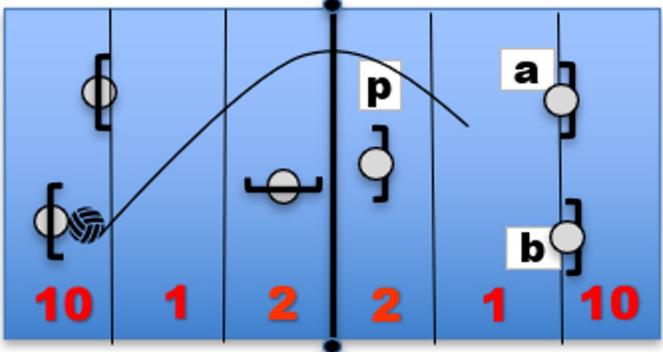
<b>VOLLEYBALL</b>	<b>NOM SA: coucou où je suis ?</b>	Objectif	Décider rapidement en fonction de la situation de jeu	<b>N3</b>
			Prise d'informations (visuelles ou auditives transmises par les coéquipiers)	
		<i>Schéma</i>	<i>Consignes</i>	
			<p>Jeu en 3 contre 3 sur 3. L'équipe A est au service. L'équipe B construit le point et l'attaque. Après le service, le seueur se positionne dans la un carré libre du terrain de son choix. Une zone est donc défendu par 1 joueur et l'autre moitié par 2 joueurs. On joue le point normalement. Chaque équipe sert 3 fois de suite en alternance.</p>	
		<i>Critères de réussite</i>	<i>Critères de réalisation</i>	
		Gagner la rencontre	Attitude prédyamique. Déplacements et placement sous la balle	
<b>VARIABLES</b>				
Blocage autorisé.				
Point direct = 3pts				

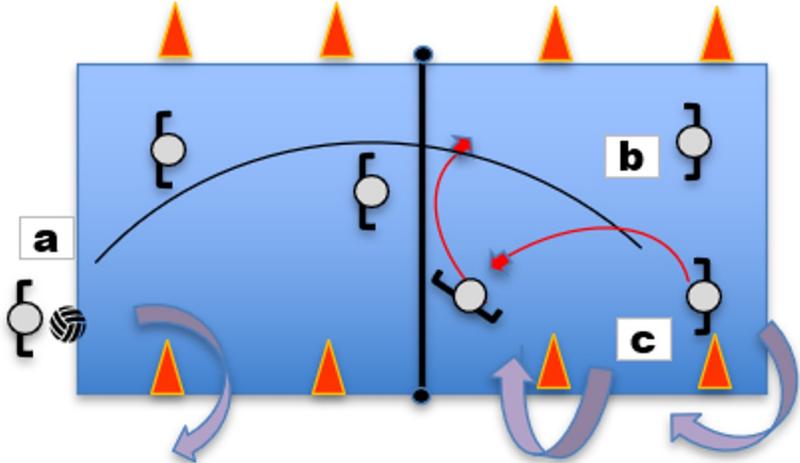
<b>VOLLEYBALL</b>	<b>NOM SA: noeud papillon</b>	Objectif:	Améliorer sa résistance	<b>N3</b>
			Lecture des espaces libres	
<i>Schéma</i>		<i>Consignes</i>		
		<p>2 équipes de 3 à 4 joueurs, 1 ballon. Les équipes jouent et essaient d'envoyer le ballon dans une zone libre pour marquer en point direct (3pts). 4 plots au coin du terrain. Le joueur qui a envoyé le ballon doit faire le tour d'un plot (de son camp) avant de revenir en jeu.</p>		
<i>Critères de réussite</i>		<i>Critères de réalisation</i>		
Gagner la rencontre		Attitude prédyamique. Déplacements et placement		
<b>VARIABLES</b>				
Passes entre coéquipiers autorisées. Tous les joueurs impliqués dans l'action de renvoi contournent un plot. Blocage du ballon autorisé.				
D'autres tâches pour remplacer le contournement (toucher un mur, une action spécifique...)				

APSA	NOM SA: "CC cardio"	Objectif		N3
<i>Shéma</i>		<i>Consignes</i>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>➔ <b>b et c</b> envoient le ballon à <b>a</b></li> <li>➔ <b>a</b> renvoie alternativement le ballon à <b>b et c</b> qui <b>VARIANT</b> les trajectoires pendant 1'30</li> <li>➔ Faire tomber la balle moins de 3 fois sur 1 minute</li> <li>➔ Fléchir les jambes et se déplacer en pas chassés</li> <li>➔ Se placer sous la balle</li> </ul>		
<i>Critères de réussite</i>		<i>Critères de réalisation</i>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>➔ Toujours voir la balle au moment du renvoi</li> <li>➔ Bien se bloquer après le déplacement, au moment où on joue le ballon</li> </ul>		
<b>VARIABLES</b>				
10 doigts, manchettes, court + long - 1 minute 30				

<b>APSA</b>	<b>NOM SA: "Evite tapis"</b>	<b>Objectif</b>	Enchaîner des tâches pour prendre conscience de la notion de placement et déplacement	<b>N3</b>
<p style="text-align: center;"><i>Shéma</i></p> 			<p style="text-align: center;"><i>Consignes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➔ 6 élèves par terrain</li> <li>➔ E envoie le ballon dans le camp de a</li> <li>➔ a doit le renvoyer dans le camp adverse en évitant la zone ROUGE: <ul style="list-style-type: none"> <li>* en touche de balle haute à 10 doigts</li> <li>* en touche de balle basse manchette</li> <li>* a choisit la meilleure réception</li> </ul> </li> </ul>	
<p style="text-align: center;"><i>Critères de réussite</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➔ a évite la zone 8 fois sur 10</li> </ul>			<p style="text-align: center;"><i>Critères de réalisation</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➔ Anticiper la trajectoire de la balle pour se placer sous le ballon</li> <li>➔ toujours voir le ballon avant la réception</li> </ul>	
<p><b>VARIABLES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➔ Agrandir la zone ou en ajouter plusieurs autres zones</li> <li>➔ Ajouter un <b>passeur</b> dans le camp de a</li> </ul>				

<b>APSA</b>	<b>NOM SA: "3 vies"</b>	<b>Objectif</b>	<b>Se placer sous la Balle</b>	<b>N3</b>
<i>Shéma</i>			<i>Consignes</i>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>➔ R sur son demi terrain</li> <li>➔ a, b et c servent alternativement dans le camp adverse du fond du terrain</li> <li>➔ <b>R ne doit pas laisser le ballon tomber au sol</b></li> </ul> <p>A chaque fois que R laisse le ballon tomber au sol, il perd <b>une de ses 3 vies</b>. Il doit rester le plus longtemps possible sur le terrain.</p>	
<i>Critères de réussite</i>			<i>Critères de réalisation</i>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>➔ R garde ses vies le plus longtemps possible, chrono pour R, maxi 1'30 sur terrain</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>➔ Anticiper la trajectoire de la balle pour se placer sous le ballon</li> <li>➔ Se déplacer rapidement</li> </ul>	
<b>VARIABLES</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>➔ 1) Blocage</li> <li>➔ 2) Réception + Blocage</li> <li>➔ 3) Réception + passe au passeur p qui bloque</li> </ul>				

APSA	NOM SA: "course au score"	Objectif	Se placer sous la Balle	N3
<p style="text-align: center;"><i>Shéma</i></p>		<p style="text-align: center;"><i>Consignes</i></p>		
		<p>➔ Les élèves sont répartis en 2 équipes de 3: chaque équipe engage 1 fois et tourne au service.</p> <p>➔ <b>Faire tomber le ballon dans les zones à points,</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* de 0 à 30 points: 2 touches minimum</li> <li>* de 30 à 60 points 3 touches obligatoires mais blocage du passeur p autorisé.</li> </ul>		
<p style="text-align: center;"><i>Critères de réussite</i></p>		<p style="text-align: center;"><i>Critères de réalisation</i></p>		
<p>➔ pour faire un total de 63 points piles</p>		<p>➔ Les épaules sont parallèles au filet lorsque je joue la balle pour l'envoyer dans le camp adverse</p> <p>➔ Les balles ne doivent pas être tenues ou portées</p>		
<b>VARIABLES</b>				
<p>➔ Annonce de la zone par un défenseur</p> <p>➔ Interdit de faire 2 fois la même action</p>				

<p><b>APSA</b></p>	<p><b>NOM SA: "Match des plots"</b></p>	<p>Objectif</p>	<p>2C2 - 3 touches obligatoires</p>	<p><b>N3</b></p>
<p><i>Shéma</i></p> 		<p><i>Consignes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➔ a sert en balle haute dans la zone adverse.</li> <li>➔ Les 2 partenaires <b>b et c</b> sont côte à côte. Réception, passe au <b>passer</b> qui se sera avancé près du filet.</li> <li>➔ Le passer renvoie à a ou b</li> <li>➔ Après chaque touche de balle le joueurs fait le tour d'1 plot au choix</li> </ul>		
<p><i>Critères de réussite</i></p>		<p><i>Critères de réalisation</i></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>➔ Match en 12 points, construction attaque</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>➔ Anticiper la trajectoire de la balle pour se placer sous le ballon</li> <li>➔ s'équilibrer sous la balle</li> </ul>		
<p><b>VARIABLES</b></p>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>➔ Passe direct sans rebond</li> </ul>				

# JEUDI

- ECHAUFFEMENT AVEC COACHING ET DÉFIS NICO
- SA AVEC MATÉRIEL
- VOLLEY ASSIS
- ORGANISATION COLLECTIVE ET RÔLES
- MATCH À THÈMES
- VOLLEY ET NUMÉRIQUE

# ECHAUFFEMENT

PAR 2 AFFINITAIRE  
RECORD D'ÉCHANGE

PAR 2 (LIGUE 1/LIGUE 2)  
• UN ENTRAINEUR / ENTRAINÉ  
• LANCÉ / RATTRAPÉ (BLOQUÉ AU DESSUS DE LA TÊTE)  
• AVEC ET SANS REBOND

PAR 3  
• 1C1 BLOQUÉ AVEC FILET (J.MEZTLER)  
• 3 MATCHS DE 2 MINUTES

## DÉTERMINATION DES NIVEAUX :

- PAR 3
- UN COMPTEUR, UN LANCEUR, UN JOUEUR
- 10 LANCERS PAR PERSONNE
- SERVICE DANS L'ESPACE PROCHE
- BALLE RENVOYÉE DANS LE TERRAIN ADVERSE
- 1 TOUCHE : 1 PT
- 2 TOUCHES : 2 PTS
- 3 TOUCHES : 3 PTS
- N1 : MOINS DE 12 PTS
- N2 : MOINS 20 PTS
- N3 : ENTRE 21 ET 30 PTS

# DEFI VOLLEY

## LE PRINCIPE

1. S'ENTRAÎNER POUR RELEVER LE DÉFI : NOMBRE D'ESSAIS POSSIBLES ILLIMITÉS

2. VALIDER DEUX FOIS LE DÉFI POUR POUVOIR PASSER AU SUIVANT

3. RÉUSSIR A VALIDER LES 10 DÉFIS

NOM DU JOUEUR :		1	2
DEFI 1	Réaliser 10 échanges		
DEFI 2	Réaliser 15 échanges 1 en manchette l'autre en passe haute		
DEFI 3	Réaliser 12 échanges en 2 touches		
DEFI 4	Réaliser 10 échanges avec un élève à 3m		
DEFI 5	Réaliser 20 échanges		
DEFI 6	Réaliser 10 échanges avec un élève qui réalise un tour complet après chaque échange		
DEFI 7	Réaliser 8 échanges les 2 à 3m		
DEFI 8	Réaliser 8 échanges les 2 en manchettes		
DEFI 9	Réaliser 10 échanges avec un burpee après chaque échange		
DEFI 10	Réaliser 30 échanges		

# SITUATIONS AVEC DISPOSITIFS MATÉRIELS

LE MUR: 5 ATELIERS

LE PANIER DE BASKET: 6 ATELIERS

LES TAPIS: 5 ATELIERS

LES PLOTS: 5 ATELIERS

# LE MUR

## ATELIER 1

**PROGRESSER SEUL POUR ATTEINDRE LE MUR (3 DISTANCES)**

## ATELIER 2

CERCEAU CONTRE LE MUR A VISER PAR 2 (10 ESSAIS)

## ATELIER 3

**RECORD D'ÉCHANGES PAR 2 EN ALTERNANCE CONTRE LE MUR (5 MINUTES)**

## ATELIER 4

SERVICE RATTRAPÉ CONTRE LE MUR, SERVICE CONTRE LE MUR ET RATTRAPÉ (3 DISTANCES)

## ATELIER 5

RECORD D'ÉCHANGES SEUL EN PASSES HAUTES PUIS EN MANCHETTES

# LE PANIER DE BASKET

## ATELIER 1

3 TOUCHES AU DESSUS DU PANIER (TRAVAIL DE LA HAUTEUR)

## ATELIER 2

**PASSES PAR 2 POUR DÉCLENCHER UN TIR AVEC DIFFÉRENTS DÉPARTS**

## ATELIER 3

SEUL EN PASSE HAUTE ET DÉCLENCHER UN TIR (3 DISTANCES)

## ATELIER 4

**PASSES PAR-DESSUS LE PANIER AVEC BLOCAGE**

## ATELIER 5

FAIRE UN RECORD D'ÉCHANGE EN FRAPPANT À TOUR DE RÔLE CONTRE LA PLANCHE

## ATELIER 6

VISER LE RECTANGLE NOIR LE PLUS POSSIBLE EN 1 MINUTE

# LES TAPIS

## ATELIER 1

PROGRESSER PAR 2 ET 10 ESSAIS POUR ATTEINDRE UN TAPIS DE L'AUTRE CÔTÉ DU FILET (TAPIS 1PT, 2PTS, 3PTS)

## ATELIER 2

**IDEM ATELIER 1 AU SERVICE. FERMER LES 5 ZONES AU SERVICE LE PLUS VITE POSSIBLE**

## ATELIER 3

A PARTIR D'UNE RÉCEPTION, CONSTRUIRE SON ATTAQUE ET VISER LE TAPIS EN ZONE ARRIÈRE

## ATELIER 4

**ENCHAINER 10 RÉCEPTIONS SUR UN PASSEUR BLOQUÉ SUR UN TAPIS**

## ATELIER 5

IDEM ATELIER 4 AVEC JEU APRÈS LA PASSE

# LES PLOTS

## ATELIER 1

SITUATION ENTRAINEUR ENTRAINÉ AVEC 4 PLOTS EN LOSANGE, D'ABORD EN BLOCAGE PUIS EN FRAPPE

## ATELIER 2

ENTRAINEUR ENTRAINÉ AVEC BALLE DE TENNIS ET PLOTS LANCER EN L'AIR ET RATTRAPER DANS LE PLOT OU CÔNE

## ATELIER 3

4 PLOTS DEVANT, UN QUI ANNONCE LE PLOT DE DÉPART DROITE OU GAUCHE, DÉPLACEMENT EN PAS CHASSÉ LE PLUS VITE POSSIBLE SUR LE CIRCUIT, PREMIER A 3

## ATELIER 4

**UN PLOT DEVANT CHAQUE JOUEUR, LANCER LA BALLE PUIS ALLER TOUCHER LE PLOT DEVANT, UNE ZONE DÉLIMITÉE À DÉFENDRE, EN COOPÉRATION**

## ATELIER 5

**IDEM ATELIER 4 EN MATCH, BALLE BLOQUÉE**

# MATCH EN FONCTION DU SCORE DU JEUDI MATIN

AVEC BONUS :

N1 : COMMENCE AVEC +5 PTS

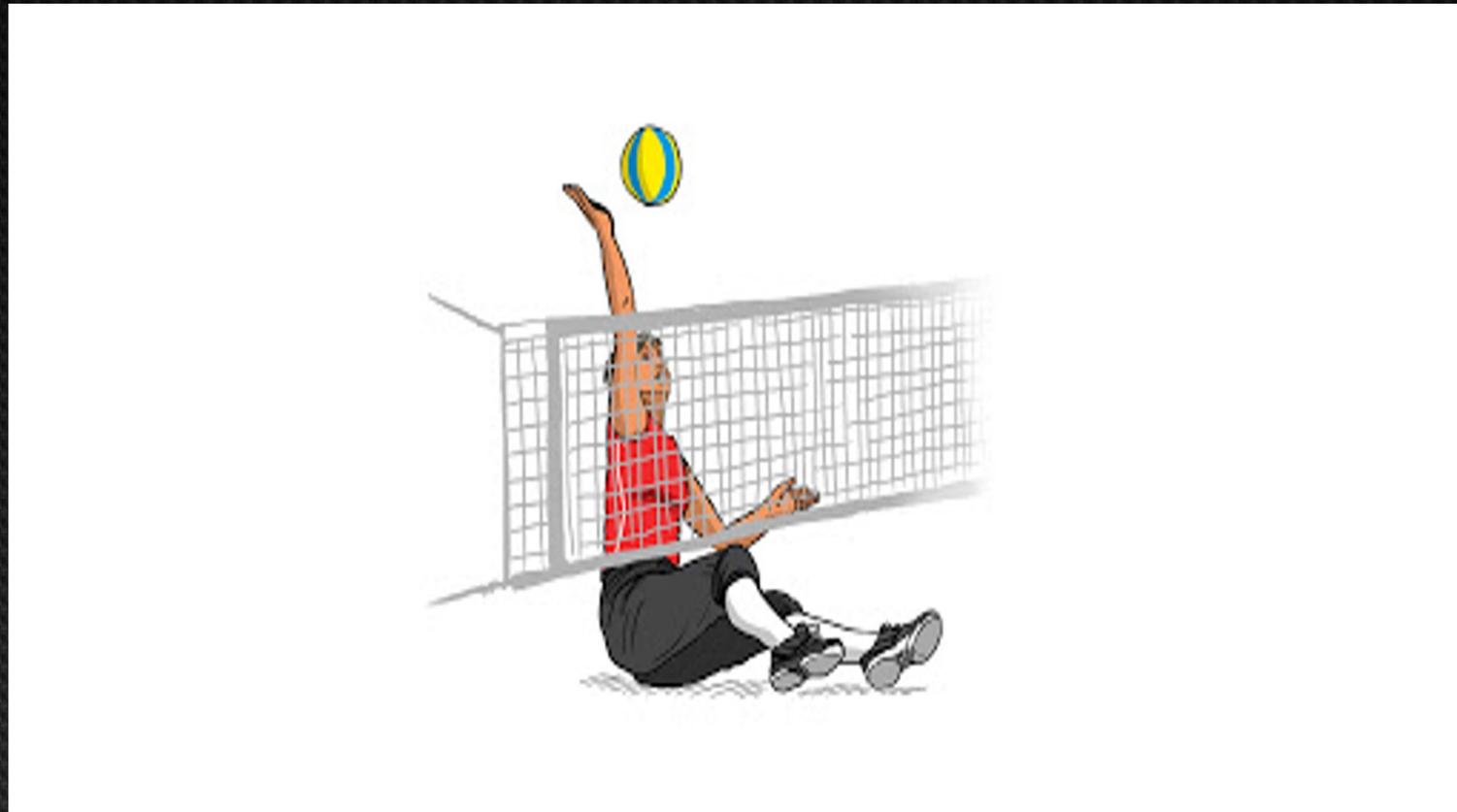
N2 : COMMENCE AVEC +3 PTS

N3 : COMMENCE AVEC 0 PTS

POULE DE 4, CHACUN JOUE AVEC LES 3 AUTRES

TOTAL 6 MATCHS

# LE VOLLEY ADAPTÉ OU VOLLEY ASSIS



# HISTORIQUE

- INTRODUIT AUX JEUX PARALYMPIQUES EN 1980 À ARNHEM (1<sup>ER</sup> JEUX PARALYMPIQUES) AVEC 7 ÉQUIPES
- JUSQU'EN 2000 À SYDNEY, VOLLEY ADAPTÉ ASSIS ET DEBOUT
- AUJOURD'HUI UNIQUEMENT VOLLEY ASSIS.

# RÈGLEMENT

- 6C6 - 3 TOUCHES DE BALLES
- TERRAIN : 10M X 6M
- FILET : 1M15 POUR LES HOMME - 1M05 POUR LES FEMMES

**LIGNE D'ATTAQUE** : 2M DERRIÈRE LA LIGNE MÉDIANE

**EQUIPEMENT** : PANTALON AUTORISÉ MAIS PAS DE S'ASSEOIR SUR DU MATÉRIEL ÉPAIS

**VICTOIRE** : 3 SETS DE 25 POINTS AVEC 2 POINTS D'ÉCART, SI 5ÈME SET : 15 POINTS

**EQUIPE** : 12 JOUEURS MAXI - 1 CAPITAINE - 1 LIBÉRO

- 1 SEUL JOUEUR DE CLASSIFICATION HANDICAP A SUR LE TERRAIN
- AU MOINS 1 JOUEUR C

# PLACEMENT

- L'EMPLACEMENT DES FESSES AU SOL COMPTE POUR LE SERVICE
- CONTACT PERMANENT AU SOL AVEC LES FESSES QUAND LE JOUEUR A LE BALLON
- LA BALLE DOIT ÊTRE FRAPPÉE
- INTERDIT DE SE METTRE DEBOUT

# CLASSIFICATION

HANDICAP PERMANENT OBLIGATOIRE: INFIRMITÉ MOTRICE CÉRÉBRALE  
- PARALYSIE D'UN MEMBRE - ANKYLOSE D'UNE ARTICULATION -  
MALADIE ÉVOLUTIVE (DYSTROPHIE MUSCULAIRE, SCLÉROSE) -  
AMPUTATION

- UNE « CLASSIFICATION FONCTIONNELLE » EXISTE QUI EST UN POTENTIEL DE MOUVEMENTS APPROXIMATIVEMENT ÉGAL.

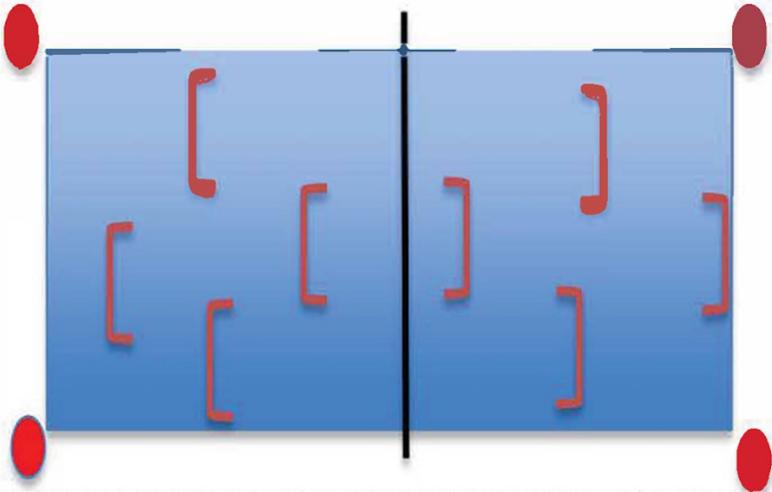
- L'ISOD (INTERNATIONAL SPORT ORGANISATION FOR DISABLED) CLASSE LES NIVEAUX D'AMPUTATION, FORCE MUSCULAIRE, PORTÉE DES MOUVEMENTS, LONGUEURS DES MEMBRES.

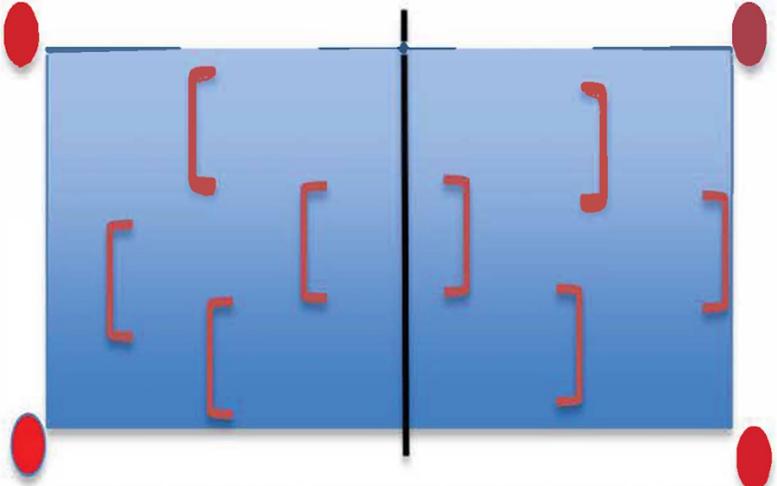
# JEUDI APRÈS MIDI

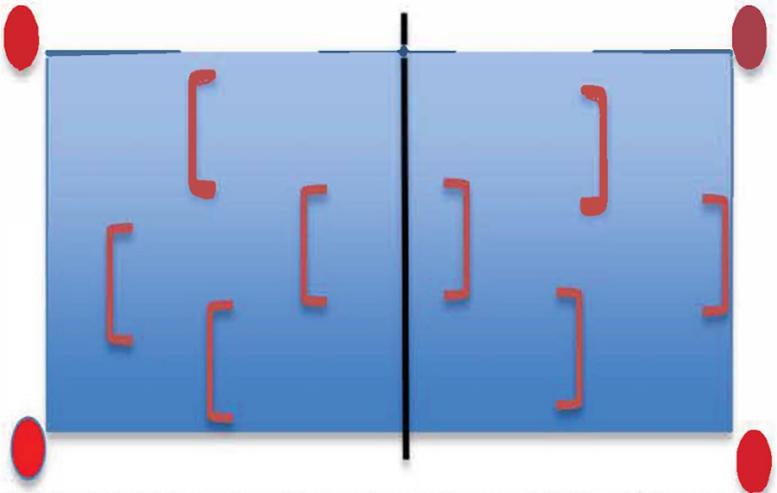
## TRAVAIL SUR L'ORGANISATION DE L'ÉQUIPE

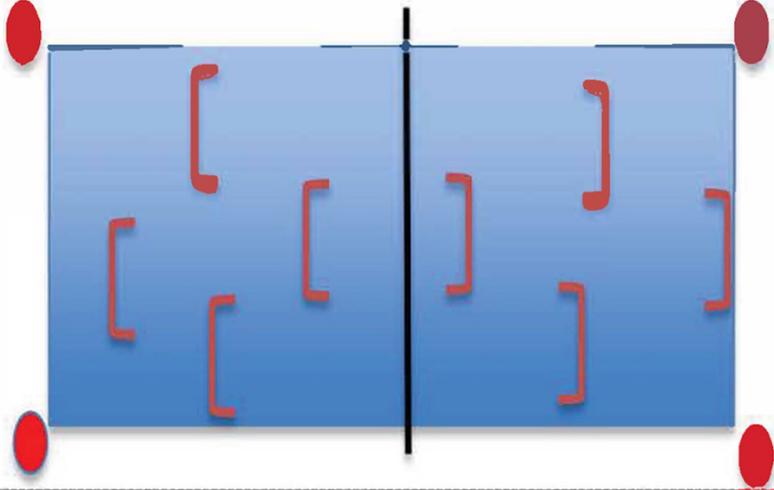
### OBJECTIFS D'ENSEIGNEMENTS :

- ORGANISER SON ÉQUIPE
- COMMUNIQUER
- RESPECTER SON RÔLE
- NOTION DE RELAIS ET DE SOUTIEN
- ORGANISATION SPATIALE COLLECTIVE
- RESPONSABILISATION

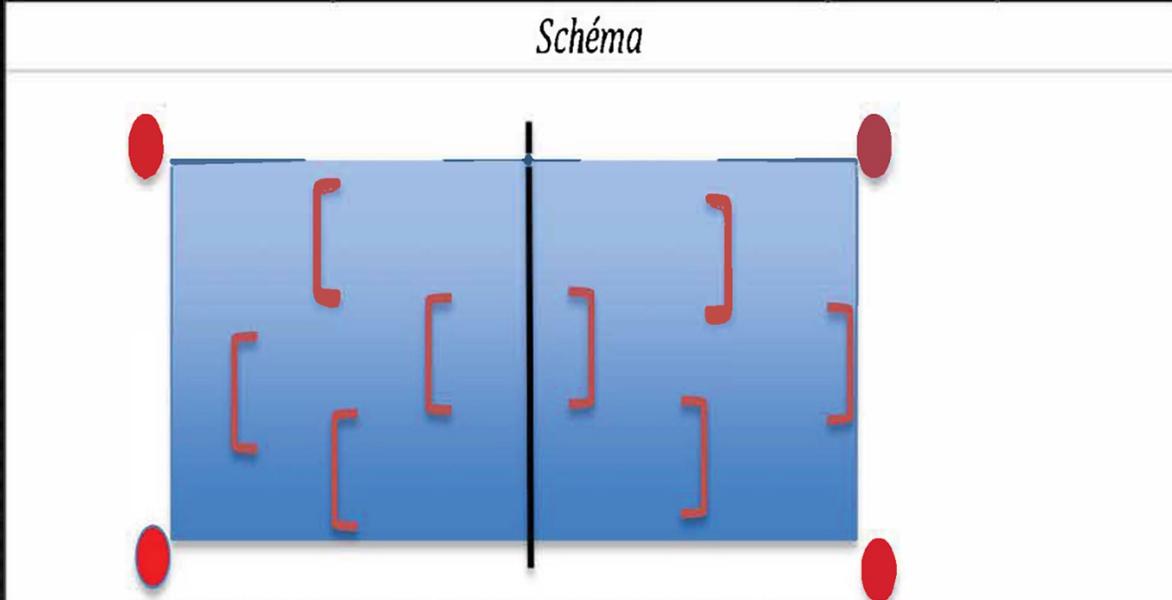
<b>VOLLEYBALL</b>	<b>NOM SA:</b> « Le service long »	Objectif	S'organiser pour réceptionner	<b>N3</b> /4
<i>Schéma</i>			<i>Consignes</i>	
			<p>A 4c4, réaliser un match en 25 points. Le service doit être au moins envoyé 2 mètres dans la zone arrière. Il s'agit de s'organiser et communiquer pour faire une passe vers l'avant vers le passeur</p>	
<i>Critères de réussite</i>			<i>Critères de réalisation</i>	
Match en 25 points			Service long obligatoire pour débiter l'échange	
<b>VARIABLES</b>				
Service obligatoire à 10 doigts				
Service avancé à l'intérieur du terrain				

<b>VOLLEYBALL</b>	<b>NOM SA:</b> « Le passeur chasuble »	Objectif	Identifier le passeur / se déplacer	<b>N3</b> /4
<i>Schéma</i>			<i>Consignes</i>	
			<p>On joue à 4 contre 4  Le passeur enfle un chasuble de couleur.  2 matchs en 15 points  Le « passeur chasuble » doit pour chaque échange prendre la touche numéro 2.</p>	
<i>Critères de réussite</i>			<i>Critères de réalisation</i>	
2 manches de 15 points			Se déplacer et se tenir prêt	
<b>VARIABLES</b>				
Mettre un deuxième joueur avec un chasuble				
Le passeur peut prendre touche 2 et 3 ( seulement pas la une)				

<b>VOLLEYBALL</b>	<b>NOM SA:</b>	Objectif	Se déplacer/ Se tenir prêt	<b>N3</b> / <sub>4</sub>
	« Remise à zéro »			
<i>Schéma</i>			<i>Consignes</i>	
			<p>Match à 4 contre 4 au temps ( 8').  Match classique, avec un bonus lorsque le ballon touche le sol sans être touché par un joueur, l'équipe voit son score remise à zéro et l'équipe qui a fait l'action marque 1 point.</p>	
<i>Critères de réussite</i>			<i>Critères de réalisation</i>	
Prendre de l'information sur les espaces libres			Occuper l'espace efficacement	
<b>VARIABLES</b>				
Remise à zéro seulement si le ballon est passé par le passeur chasuble				
Remise à zéro si ballon touché avec une autre partie du corps que les bras ou mains				

<b>VOLLEYBALL</b>	<b>NOM SA:</b> « Vide terrain »	Objectif	Accepter son erreur et être juste	<b>N3</b> /4
			S'organiser collectivement	
<i>Schéma</i>		<i>Consignes</i>		
		<p>Match en 4 contre 4 de 8 minutes.</p> <p>Chaque fois qu'une équipe perd un point elle perd un joueur (celui qui est responsable de la faute ou ballon dans sa zone).</p> <p>Chaque fois que l'équipe marque un point elle récupère le premier joueur sorti et ainsi de suite.</p> <p>Quand un joueur est seul, le service est engagé sur lui.</p> <p>L'équipe qui vide tout le terrain adverse marque 1 point.</p>		
<i>Critères de réussite</i>		<i>Critères de réalisation</i>		
Communiquer pour déterminer le joueur sorti.		Occuper l'espace en fonction du nombre de joueur		
<b>VARIABLES</b>				
Possibilité de faire des matchs en 5 contre 5 et 6 contre 6				
Définir un capitaine qui désigne les joueurs sortants à chaque action				

<b>VOLLEYBALL</b>	<b>NOM SA:</b> « 1,2,3 touches / 1,2,3 pts »	Objectif	Construire son attaque	<b>N3</b> <sup>/4</sup>
			Construire le rôle de passeur	



*Consignes*

Match en 4 contre 4 en 25 points.  
 Le nombre de touche pour le ballon précédent le point donne le nombre de points. Donc à chaque ballon gagnant, mon équipe marque 1,2 ou 3 points.  
 Un arbitre avec un marqueur qui annonce à chaque renvoi le nombre de points en jeu.

*Critères de réussite*

Pour gagner le match je marque au moins un 2 et un 3 pts.

*Critères de réalisation*

Privilégier les renvois indirects

**VARIABLES**

Ne comptabiliser que les 3 touches

Ne comptabiliser que les 2 touches ou 3 touches gagnantes

# VOLLEY & NUMÉRIQUE

MATÉRIELS NUMÉRIQUES

APPLICATIONS  
TRANSVERSALES  
UTILISABLES DANS CETTE  
APSA

TABLEURS ET  
DIAPORAMAS

APPLICATIONS  
SPÉCIFIQUES À CETTE  
APSA + CODE/CHAÎNE  
VIDEO

# VOLLEY & NUMÉRIQUE : MATÉRIELS NUMÉRIQUES



Tablettes - Smartphones

Utilisations d'applications (natives, applications, tableurs, diaporamas, ...)



Vidéo projecteur  
Pico Projecteur

Projection de contenu ou fiche d'exercice

Démonstration d'exercices spécifiques, déléguer l'apprentissage de nouveaux exercices

Projeter un timer et responsabiliser les élèves sur l'organisation d'un tournoi.

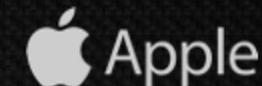


Trépied

Maintenir fixe une tablette ou un smartphone.

Permettre l'analyse vidéo (différé ou en direct)

# VOLLEY & NUMÉRIQUE : APPLICATIONS TRANSVERSALES



Payantes : analyse de la motricité en différé : dans le cadre d'une organisation en autoscopie, laisser la tablette en fonctionnement afin que les élèves puissent analyser les raisons de leurs réussites ou non dans la situation qu'ils viennent de vivre.



Multi compteur

MultiCompteur vous permet de faire compter à peu près n'importe quel observable aux élèves. Il existe de nombreuses autres applications de compteur, à vous de trouver la plus appropriée à vos élèves.



Stat'EPS

Après avoir défini votre fiche d'observation, vous pouvez observer simultanément de 1 à 4 élèves ou athlètes en action.



iDocéo

Payante : suivi et validation des compétences.  
Compteurs simples



Match points

3 modes de gestion des points :VDN : « Victoire, Défaite ou Nul ». La gestion traditionnelle des rencontres.  
TPC : « Tous les Points Comptes ». L'envie de se battre sur tous les points.  
ATP : Système emblématique avec le gain ou la perte de points en fonction du nombre de points « initial » de l'adversaire.



Hudl



SlowMo

Gratuite : analyse technique du geste avec annotation possible !

# VOLLEY & NUMÉRIQUE : APPLICATIONS SPÉCIFIQUES



EPS Volley  
score parlant

Observation de l'efficacité collective en volley



Volleyball EPS

4 indicateurs et mesure  
en volley



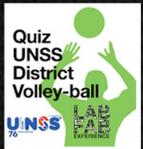
Volleyball Eval

Un petit scoreur  
rapide

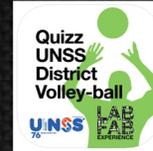
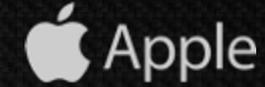


EPS Sports CO

Application destinée à l'observation de matchs en sports  
collectifs afin de collecter les informations nécessaires à  
l'analyse de jeu par équipe



QUIZZ UNSS District Volley



Une application réalisée en partenariat avec l'UNSS départementale de  
Seine Maritime 76.

Quizz de 15 questions pour vérifier ses connaissances sur l'arbitrage en  
Volley-ball UNSS (Collège). Sur du jeu en 4 contre 4.



Head to Head

Gestion des matchs



Planche tactique volley



Trajectoires dans l'espace horizontal et vertical



Chaîne SIKANA volley

# VOLLEY & NUMÉRIQUE : TABLEURS ET DIAPORAMAS



EXCEL



Scoreur multi-APSA



NUMBERS



KEYNOTE



Guide du JO