

Bidouilleur



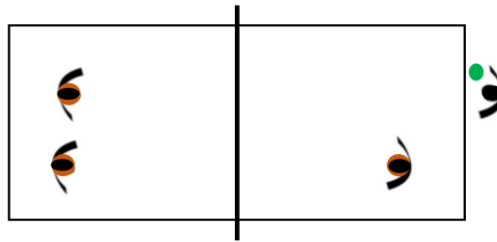
MATERIEL ET AIRE DE JEU

Ballon Certifié FFVB Taille 5 ●
Terrain 4,5 m x 5 m (2 terrains par filet de volley)
Hauteur filet 2,00 m

PRINCIPE DE L'EXERCICE



2 contre 2 avec 3 touches de balle (sans blocage)



DEROULEMENT

Le Service

Je sers derrière la ligne du fond de terrain un lancer de bas en haut ou type « touche de foot ». Chaque équipe sert 3 fois de suite puis l'autre équipe sert trois fois

La réception et le renvoi

Chaque équipe doit réaliser trois touches de balle.

Les contacts sont réalisés prioritairement en passe mais la manchette est autorisée (un contact sur trois).

Le dernier contact peut être frappé.

Le jeu sans ballon

Retour en base des deux joueurs après le renvoi dans le camp adverse.

Pour marquer un point

Je gagne un point lorsque le ballon touche le sol à l'intérieur du terrain adverse

Je gagne un point quand les joueurs de l'autre camp envoient le ballon dehors, dans le filet.

INITIATION ARBITRAGE – NIVEAU 3

Les compétences que je dois maîtriser

① Je siffle le ballon touché



② Je siffle un contact avec le filet



Progression M11

				
Bloqueur	Smatcheur	Bidouilleur		Volleyeur

Bidouilleur

Compétences à maîtriser

Le joueur doit :

- acquérir le déplacement sous le ballon
9 fois sur 10



- acquérir un contact de passe
9 fois sur 10



- transmettre une passe haute : point haut au moins le haut de la mire,
9 fois sur 10



- acquérir le déplacement vers la zone du passeur
9 fois sur 10



- être orientée vers la zone d'envoi
7 fois sur 10



- acquérir la prise d'élan de l'attaquant
7 fois sur 10



Remarques :

Le Bidouilleur est le premier niveau **SANS BLOCAGE**

La touche type « collé » est tolérée à condition que le joueur réceptionne le ballon dans l'axe.