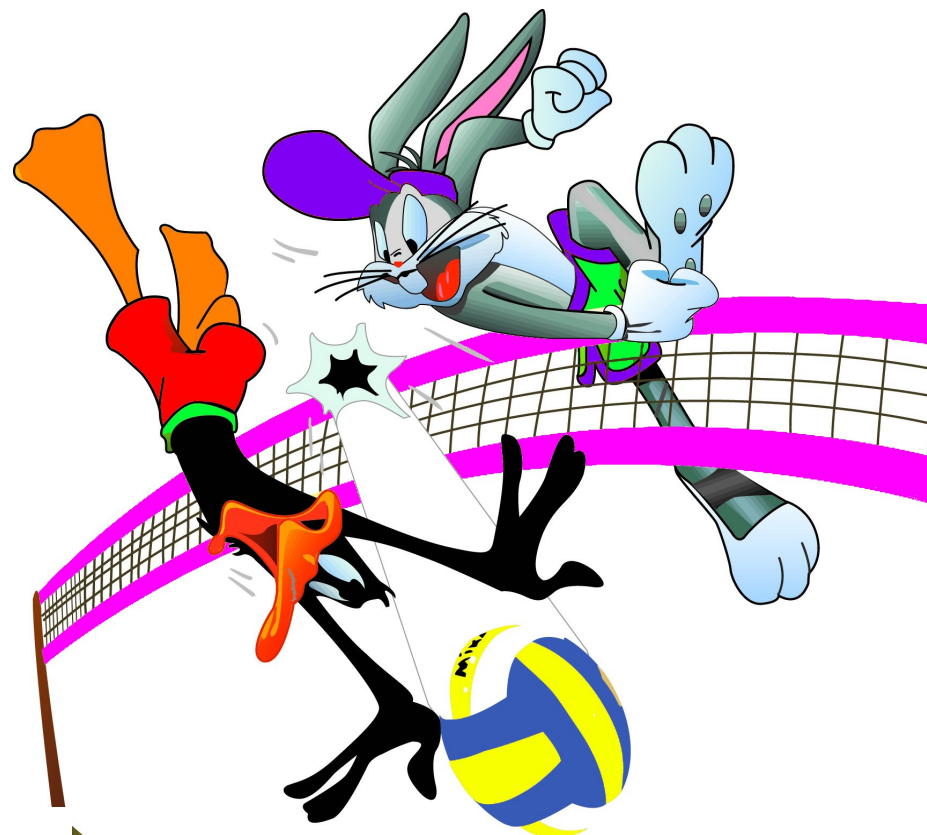


# Le mini-volley à l'école



**CYCLE DE MINI-VOLLEY**  
**CLASSES DE CM1-CM2**

Le volley-ball, en regard de ses exigences, demande un certain niveau de maîtrise de différentes composantes, qui varie selon les capacités motrices de l'enfant.

Afin de permettre à celui-ci d'évoluer positivement vers le volley-ball, il faut adapter le jeu en se référant aux possibilités de l'enfant, dans le cadre de ses relations avec l'espace, l'engin (le ballon), l'obstacle (le filet), les partenaires, et les adversaires.

### LES OBJECTIFS :

- L'activité volley-ball se déroule de façon **ludique** avec des **règles adaptées** au niveau des enfants.
- Le cycle doit apporter une **connaissance minimum** de l'activité dans sa partie réglementaire et doit développer une **habileté gestuelle de base**.
- Les séances sont axées sur le **jeu**, le défi, les oppositions.
- Les situations sont ajustées aux **caractéristiques**



### LE MATERIEL :

L'activité peut se dérouler en intérieur (salle de sport) ou en extérieur (sur gazon ou sur sable) et nécessite (en moyenne pour 24 élèves) 3 terrains de volley-ball ou d'un à deux grands filets (environ 36 m).

15 ballons adaptés à l'âge des enfants sont nécessaires.

Les ballons sont **souples et légers** et permettent aux jeunes de jouer **sans se faire mal aux doigts et aux avant-bras**.

Les modèles de ballons adaptés à la pratique des débutants



MIKASA  
SKV 5 « kids »



MIKASA  
ISV-100



MOLTEN  
V5M 2000 L



MIKASA  
MG V-230



MOLTEN  
V5M 2500 L

**Durée:** 5 à 8 séances de 45' à 1h

**Effectif:** jusqu'à 28 élèves

**OBJECTIF DU CYCLE:**

Découvrir en situation réelle de jeu, des activités collectives de frappes de balle dérivées du volley-ball.

**CAPACITES MISES EN JEU:**

- Prise d'information
- Prise de décision
- Régulation d'énergie
- Maîtrise affective et relationnelle

**COMPETENCES VISEES:**

- \* Connaissance et respect des règles
- \* Coopération et opposition

**BUT DU JEU:**

⇒ Faire tomber la balle dans le camp adverse en la faisant passer par dessus le filet.

**ADAPTATION DES REGLES:**

- ♦ La balle peut être bloquée (en 1er contact) ou portée (passe basse)
- ♦ Le jonglage en passe haute est autorisé

**REGLES A MINIMA**

- Nombre de joueur: 1
- Dimension du terrain: 2,5m x 3m
- Hauteur de filet: 1,80 m
- Engagement: Lancer à 2 mains
- Zone d'engagement: Libre
- Jonglage: 3 maxi
- Décompte des points: Au temps

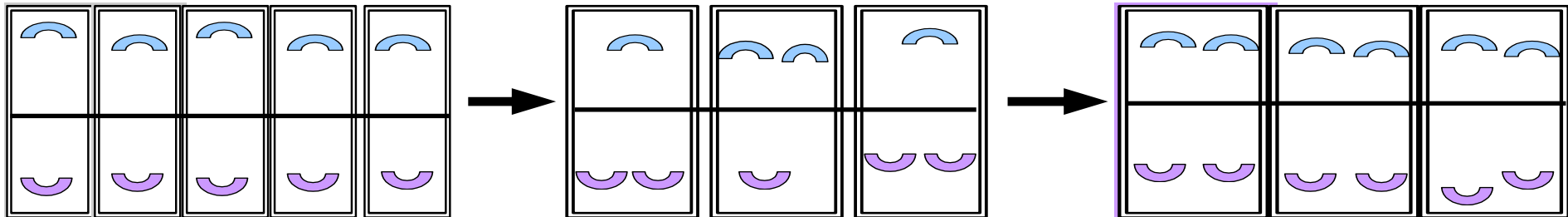
**Problèmes fondamentaux à résoudre par l'enfant:**

- 1. ENGAGER**
- 2. CONTRÔLER**
- 3. RENVOYER**
- 4. COOPERER**

**REGLES FIN DE CYCLE**

- Nombre de joueurs: 2
- Dimension du terrain: 4,5m x 4,5m
- Hauteur de filet: 2,00 m
- Engagement: Frappé à 10 doigts
- Zone d'engagement: Au 4,5 m
- Nombre de contacts par équipe: de 3 à 6
- Jonglage: 2 maxi par joueur
- Décompte des points: Prédéfini

**APPROCHE EVOLUTIVE DE L'ACTIVITE DU 1X1 AU 2X2**

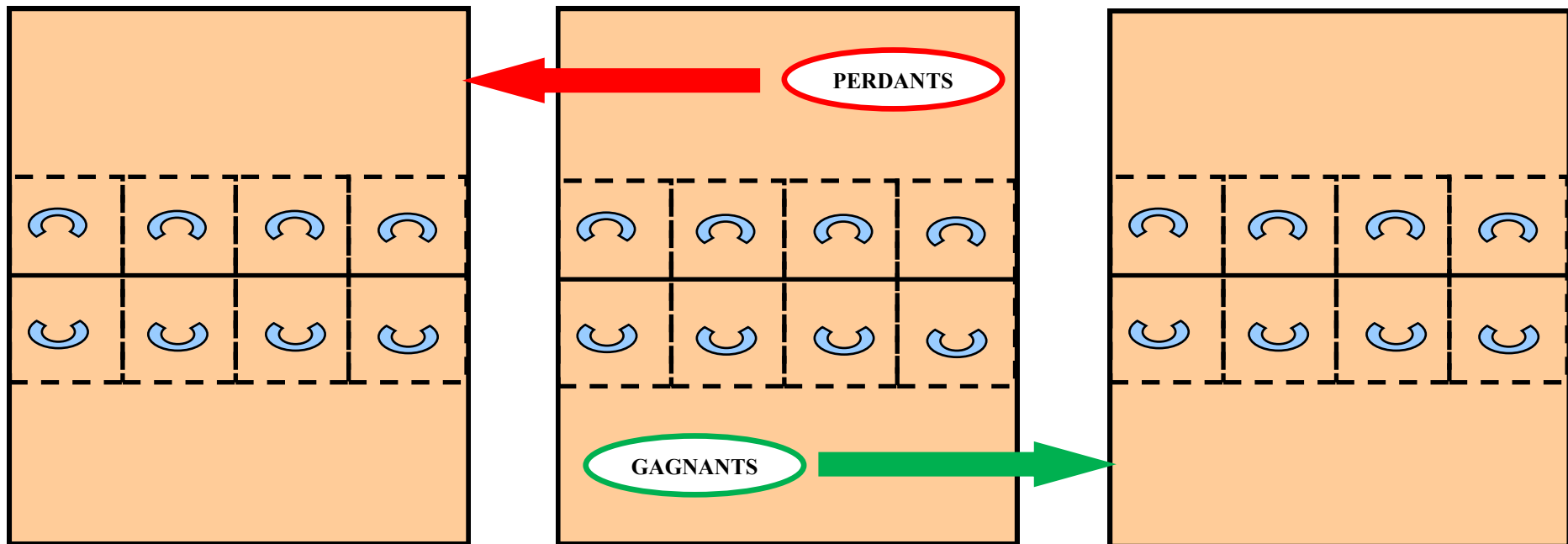


## L'ENTREE DANS L'ACTIVITE — 1ERE SEANCE

- \* Explication succincte des **règles du volley**
- \* **Echauffement** : manipulations de balle par 2 de chaque côté du filet.
  - envoyer le ballon par dessus de filet en le frappant avec les doigts.
  - rattraper le ballon (en le bloquant) avant qu'il ne touche le sol de son propre camp.
- \* **Jeu en 1 contre 1 selon le système « montée-descente »**  
Intérêt: Permet après plusieurs rotations de constituer des groupes de niveau (en règle générale 3 niveaux) et d'adapter ainsi les règles selon le terrain où se trouve les élèves.
- \* **Aménagement des règles** :
  - **l'engagement est alternatif** et se fait à 1 à 2 m du filet, le ballon peut-être soit frappé, ou soit **lancé directement** (dans un premier temps).
  - **le retour direct** (source fréquente d'échec) **est interdit** afin de privilégier la continuité du jeu.
  - **le blocage du ballon est autorisé** en 1er contact afin de permettre à l'enfant de mieux s'organiser (prendre son temps) pour se placer, lancer et frapper le ballon.
  - **les jongles en passe haute sont préconisés** afin de permettre un contrôle du ballon avant son renvoi chez l'adversaire.
  - la manchette (technique de frappe avec les avant-bras), trop complexe pour un débutant, sera remplacée par une « **passe basse** », c'est-à-dire un contact avec le ballon mains ouvertes au niveau du bassin (notion de « porté »).

## LE SYSTEME « MONTEE-DESCENTE »

- \* **Principe** : match au temps (de 2 à 4 minutes).
- \* **Organisation**: Baliser avec des plots des mini terrains de 2,5m à 3m de large et 3m à 4m de long.
- \* **Rotation**: Le perdant descend d'un terrain, le gagnant monte d'un terrain.



**2EME SEANCE**

Engagement: Je frappe le ballon directement (si je rate, j'ai droit à une 2ème chance en lançant simplement le ballon par dessus le filet).

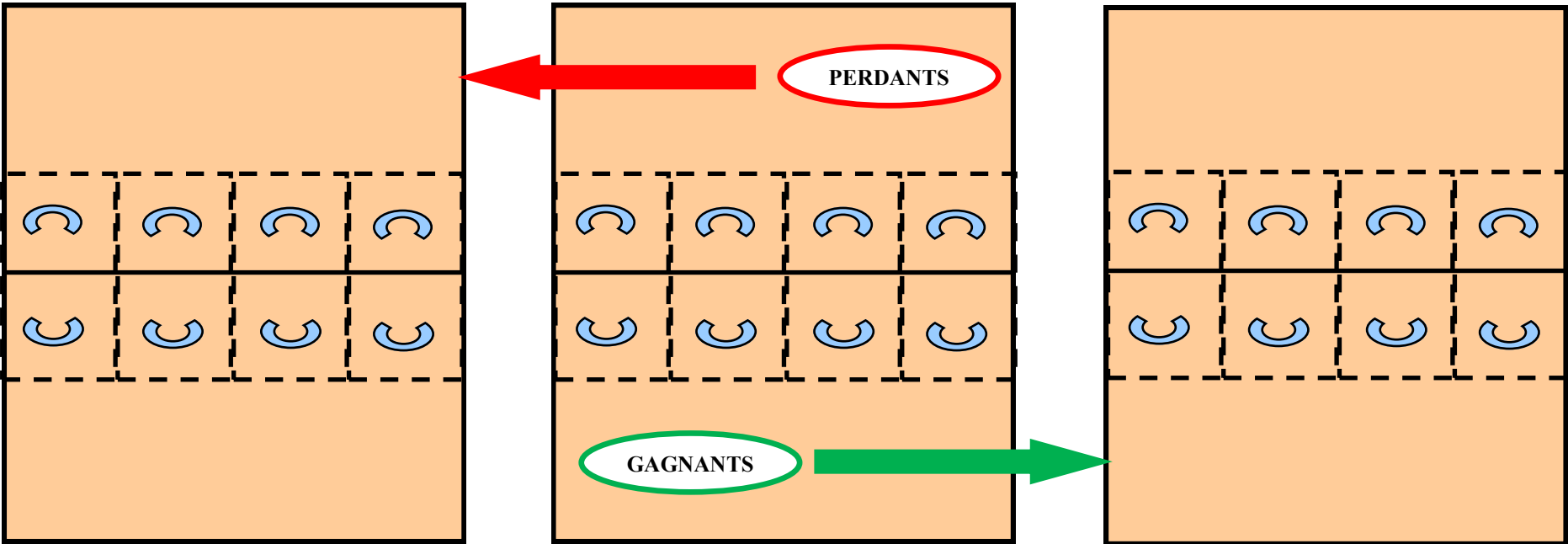
Echanges: Je rattrape le ballon

Engagement: Je frappe le ballon directement par dessus le filet.

Echanges: Je rattrape le ballon, (j'ai le droit de le bloquer en 1er contact) et je le frappe pour l'envoyer par dessus le filet.

Engagement: Je lance le ballon au dessus de ma tête, je fais un jongle et je le frappe pour l'envoyer par dessus le filet (2 contacts).

Echanges: Je rattrape le ballon,



## 3EME SEANCE

Engagement: Je frappe le ballon directement (si je rate, j'ai droit à une 2ème chance).

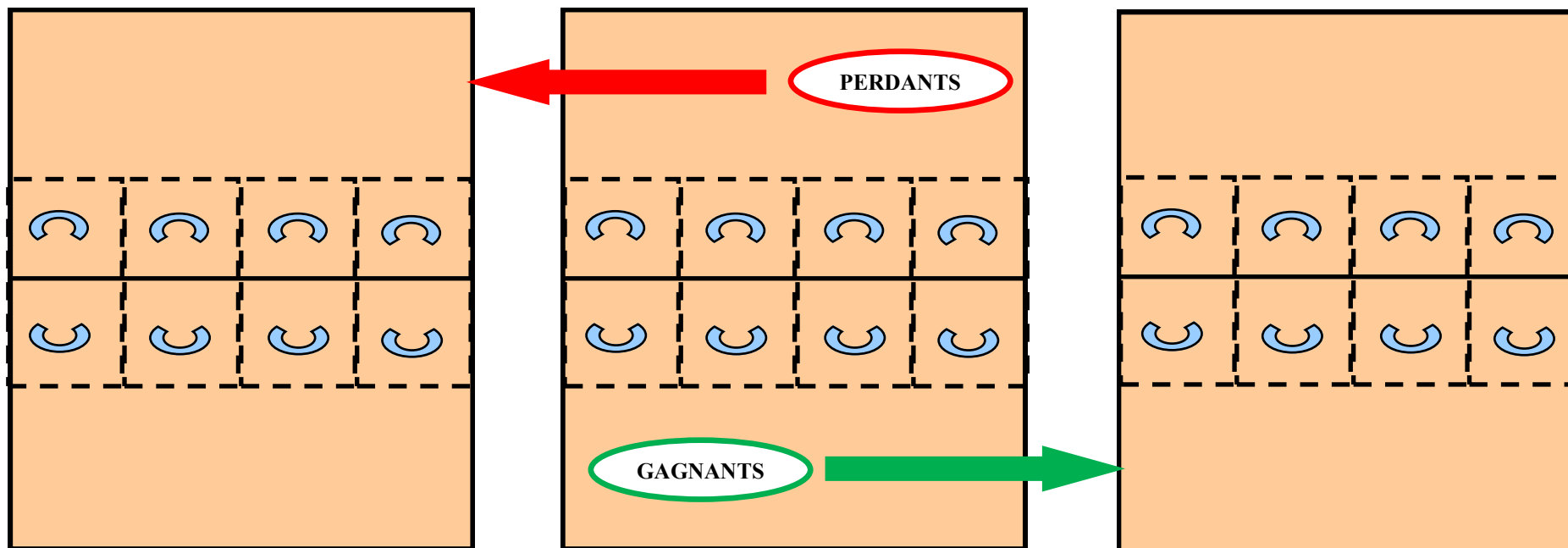
Echanges: Je rattrape le ballon, et je le frappe pour le renvoyer chez l'adversaire.

Engagement: Je lance le ballon au dessus de ma tête, je fais un **jongle** et je le frappe (2 contacts).

Echanges: Je rattrape le ballon, et je le frappe pour le renvoyer chez

Engagement: Je lance le ballon au dessus de ma tête, je fais deux **jongles** et je le frappe (3 contacts).

Echanges: Le blocage du ballon est interdit. Je dois faire au moins un jongle





## 4EME SEANCE

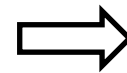
Engagement: Je lance le ballon au dessus de ma tête, **je fais un jogle** et je le frappe (2 contacts).

Echanges: Je rattrape le ballon, et je le frappe pour le renvoyer.



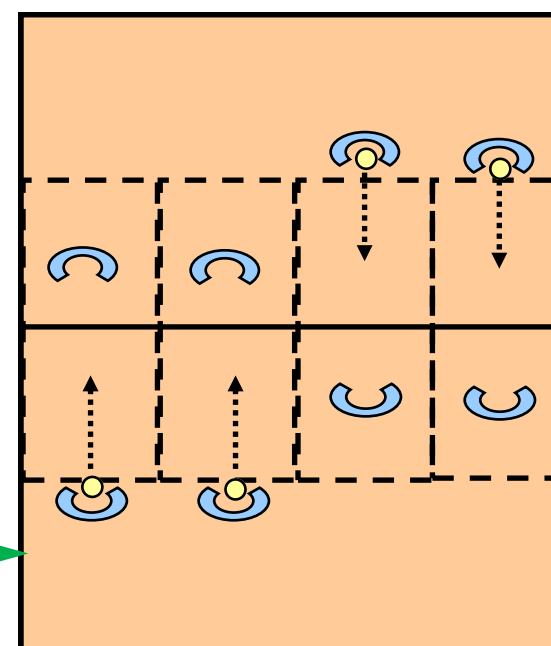
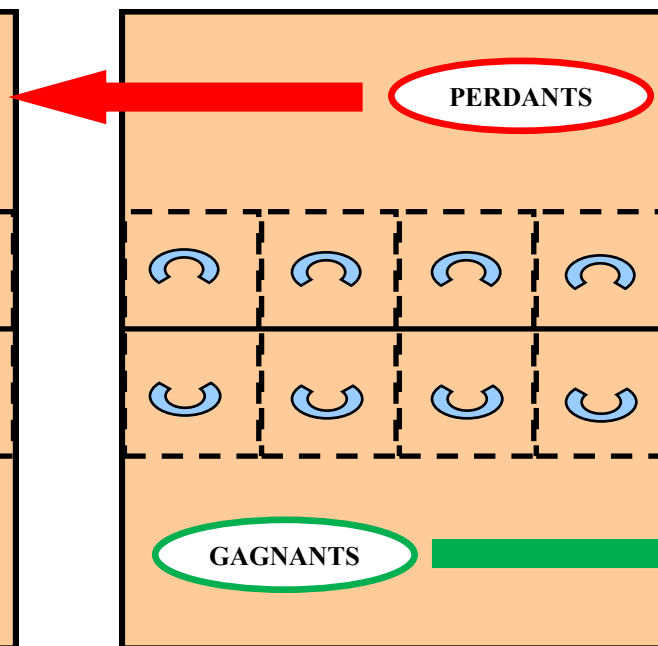
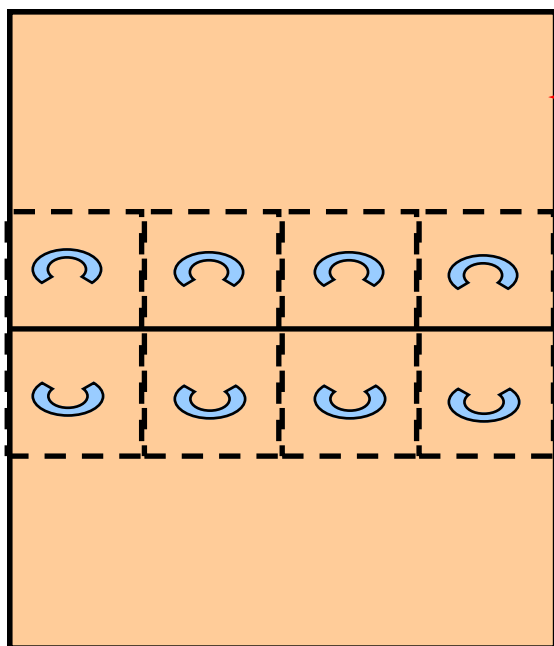
Engagement: Je lance le ballon au dessus de ma tête, **je fais deux jongles** et je le frappe (3 contacts).

Echanges: Le blocage du ballon est interdit.  
**Je dois faire au moins un jogle**



Engagement: **Je pars du fond du terrain (au 4m)**, je fais des jongles (2 à 4) en avançant vers le filet, puis je frappe le ballon.

Echanges: Le blocage du ballon est interdit.  
**Je dois faire au moins deux**



## 5EME SEANCE – Jeu en 2 contre 1 - en formule King of The Beach (voir page 11)

Engagement: Je lance le ballon au dessus de ma tête, je fais un jongle et je le frappe (2 contacts).

Echanges: Je rattrape le ballon, je jongle, et je le frappe.

A deux, possibilité de faire une

Engagement: Je lance le ballon au dessus de ma tête, je fais deux jongles et je frappe (3 contacts).

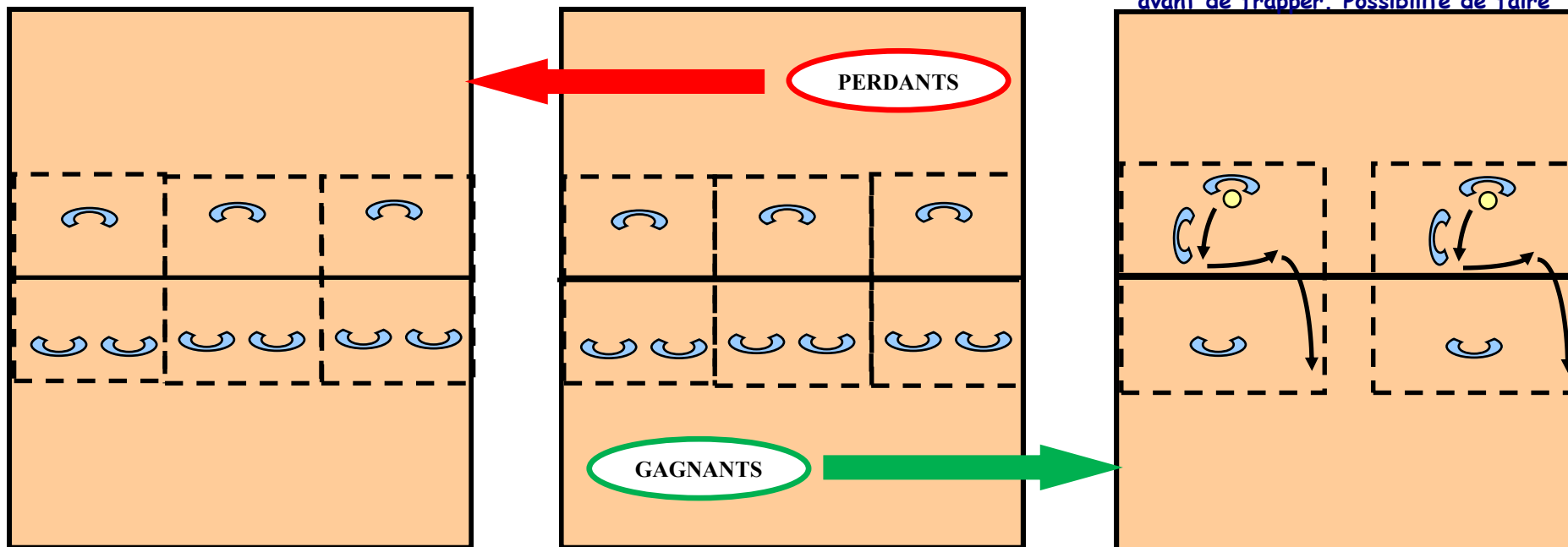
Echanges: Le blocage du ballon est interdit.

Je fais au moins un jongle avant de frapper (2 contacts minimum).

Engagement: A deux, je dois faire une passe à mon partenaire (obligatoire).

Ce dernier contrôle le ballon en faisant 1 à 2 jongles et fait ensuite une passe haute devant son partenaire, qui frappe à son tour le ballon au dessus du filet (un jongle possible avant le renvoi).

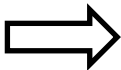
Echanges: Je fais au moins 2 jongles avant de frapper. Possibilité de faire



**6EME SEANCE — Jeu en 2 contre 2**

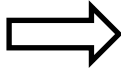
Engagement: Je fais une passe à mon partenaire (obligatoire).  
Ce dernier attrape le ballon en le bloquant et **le relance devant son partenaire**, qui frappe alors le ballon chez l'adversaire.

Echanges: J'ai le droit encore de rattraper le ballon, puis faire idem que la règle de l'engagement.



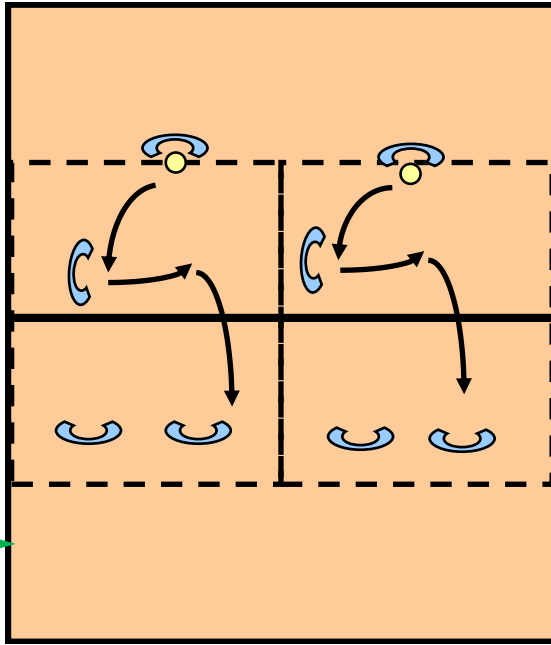
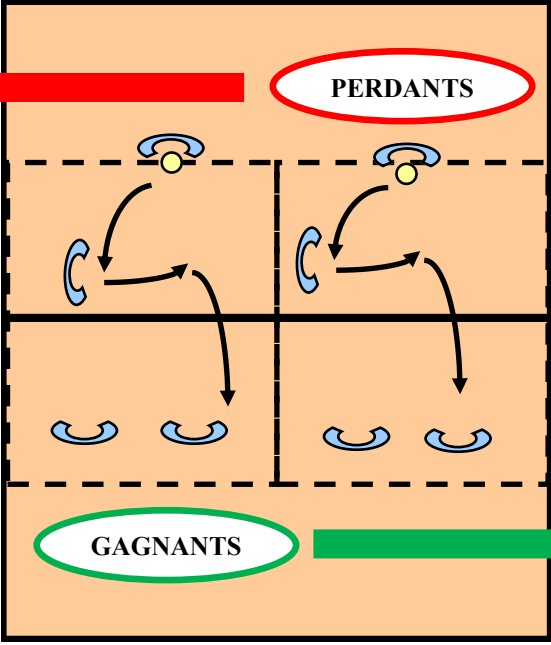
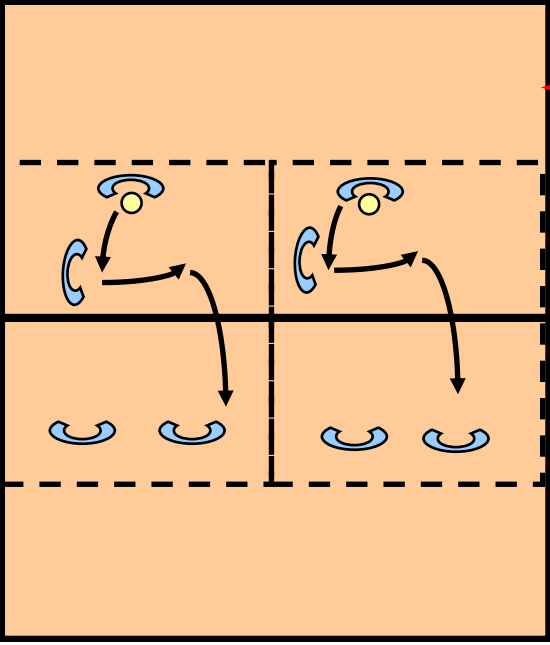
Engagement: Je fais une passe à mon partenaire.  
Ce dernier attrape le ballon en le bloquant et **fait ensuite une passe haute à son partenaire**, qui frappe à son tour le ballon chez l'adversaire **(1 jongle possible avant le renvoi)**.

Echanges: Tous les contacts doi-

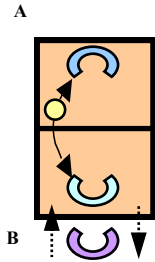


Engagement: Je fais une passe à mon partenaire.  
Ce dernier **contrôle le ballon en faisant 1 à 2 jongles** et fait ensuite une passe haute à son partenaire, qui frappe à son tour le ballon chez l'adversaire **(1 jongle possible avant le renvoi)**.

Echanges: Tous les contacts sont



## Différentes formes jouées

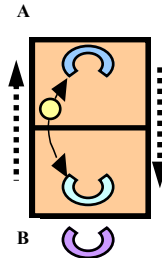


**GAGNE SA PLACE**

*Jeu en 1x1 (3J / terrain)*

- ◆ Pour le joueur A, le but est de gagner l'échange pour marquer un point
- ◆ Pour les joueurs B, le but est de gagner l'échange pour rejoindre le camp A et d'avoir la possibilité alors de marquer.

Après 5' de jeu, le vainqueur « monte », l'intermédiaire « reste » et



**LA TOURNANTE**

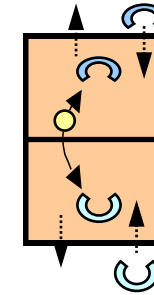
*Jeu en 1x1 (3 à 4J / terrain)*

L'engagement part du camp B (2J).

Quand un joueur renvoie la balle, il change de camp (en passant sous le filet).

Celui qui perd l'échange marque 0 point, tous les autres 1 point.

Après 5' de jeu, le vainqueur



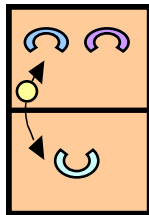
**LE DOUBLE**

*Jeu en 1x1 en équipe de 2*

Jeu en tournante, mais dans son propre camp.

Un joueur ne peut pas faire 2 échanges de suite.

L'équipe vainqueur monte et l'équipe perdante descend



**LE KING OF THE BEACH**

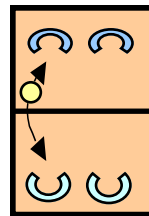
*Jeu en 1x2 ou 2x2 (3 à 4J / terrain)*

3 rencontres de 3 minutes.

Chaque enfant joue avec 2 partenaires différents et marque ses points individuellement.

X joue avec Y contre Z  
Y joue avec Z contre X  
Z joue avec X contre Y

Après les 3 matchs, le vainqueur « monte », l'intermédiaire « reste » et le perdant « descend ».

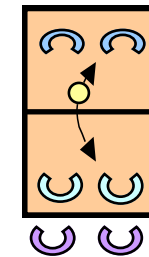


**LA RONDE ITALIENNE**

*Jeu en 1x1 puis en 2x2*

Les enfants font des équipes de 2 joueurs.

- **1er match** : X1 joue contre Y1 en 5 pts
- **2è match**: X2 joue contre Y2 en 10 pts, mais en commençant par le score du 1er match (si X1 a gagné 5/2 contre Y1, le match de X2 contre Y2 démarre à 5/2)
- **3è match**: les X contre les Y en 15 pts, en commençant par le score du 2è match (si X2 a gagné 10/7 contre Y2, le match des X contre les Y démarre à 10/7).



**QUI GAGNE SORT**

*Jeu en 2x2 en 7 pts.*

Une équipe (au moins) est en attente, et remplacera l'équipe qui aura la première gagné son match.

Quand une équipe remporte son match, elle « sort » et vient marquer une victoire..

L'équipe contre qui cette dernière a joué débute alors son nouveau match (contre l'équipe en attente) avec ses points gagnés précédemment.

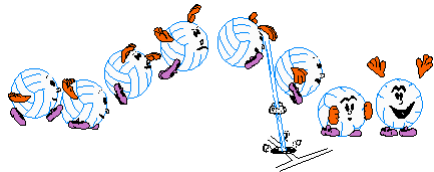
Le but est de remporter le plus de

# Les règles essentielles du jeu en volley-ball



**Le but du jeu** est de faire tomber la balle dans le camp adverse en la faisant passer par dessus le filet

et de l'empêcher de toucher le sol de son propre camp.



La balle est bonne si elle touche une des lignes du terrain.

Il y a faute si je touche le filet

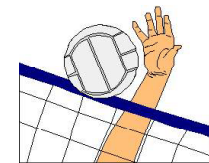


Je n'ai pas le droit de pénétrer dans le camps adverse.



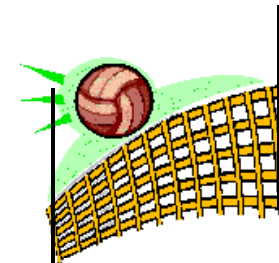
Il est interdit de tenir ou de porter la balle.

La balle est jouable si elle touche la bande blanche du filet et retombe dans le camp adverse.



Un ballon envoyé dans le filet peut-être repris (sauf au service).

La balle doit passer entre les 2 antennes. Il y a faute si la balle touche l'une d'elles.



Je peux jouer la balle si je me trouve en dehors de mon camp.