

SwissVolley  
RÉGION BRUCNÂTES

# La réception du service float

Considérations théoriques et méthodologies d'entraînement

Matteo Cacchiarelli

COLOMBIERVOLLEY

Mercredi 11 juin  
Colombier (NE)

1

SwissVolley  
RÉGION BRUCNÂTES

## Clarifications terminologiques

|                                                                                                                                      |                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 'Réception de service'</li> <li>↓</li> <li>▪ <b>Phase</b> du jeu (Side-Out - SO)</li> </ul> | Exercices <b>globaux</b><br>(p.ex. 6vs6)             |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 'La Réception'</li> <li>↓</li> <li>▪ <b>Fondamentale</b> du jeu</li> </ul>                  | Exercices <b>synthétiques</b><br>(p.ex. Serve/recep) |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 'La Manchette'</li> <li>↓</li> <li>▪ <b>Technique</b> de jeu</li> </ul>                     | Exercices <b>analytiques</b><br>(p.ex. manchette)    |

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

2

SwissVolley  
REGION BRUCNÂTES

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

# La réception

- Le but ?
- La technique ?
- Comment peut-on entraîner ?

La réception du service j.float

La réception du service j.spin

Même but mais  
**la technique est différente**



3

SwissVolley  
REGION BRUCNÂTES

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

# Les techniques

- Réception avec **la manchette** :
  - Frontale
  - Latérale (à gauche / à droite)
  - Balle courte
- Réception avec **la passe** :
  - Position de départ
  - Frontalité




4

SwissVolley  
REGION BRUCHS

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

## Les phases

de la réception  
du service float

- La phase préparatoire
- La phase de transition / déplacement
- La phase de poussée



5

SwissVolley  
REGION BRUCHS

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

## La phase préparatoire

- Position de départ :**
  - 5 m. (+/-1) ;
- Posture d'attente :**
  - Position de confort et détendue ;
  - En équilibre ;
  - Les pieds sont séparés (largeur des épaules) ;
  - Les jambes sont en semi-flexion ;
  - Split-step : oui ? Non ? Pourquoi ?
  - Les bras sont détendus en avant ;
  - Les épaules sont en avant non rigides ;
- Focus :**
  - Regard et attention sur le joueur qui se prépare au service .

6

SwissVolley  
REGION BRUCHS

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

La phase préparatoire



7

SwissVolley  
REGION BRUCHS

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

La phase de transition / déplacement

- **Les yeux** regardent avec attention :
  - L' élan du joueur au service ;
  - Le lancer de ball ;
  - Le bras et la main ;
- Évaluation de **la trajectoire** :
  - Direction - vitesse - profondeur - temps ;
  - Prévision du point d'impact ;
- **Transition/Déplacement** :
  - Pas petits et rapides ;
  - Préparation de la latéralité (gauche – droite);
  - En dirigeant les épaules ;
  - Préparation de la manchette / du plateau ;



8

SwissVolley  
REGION BRUCNATES

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

**La phase de poussée**

- **Les jambes :**
  - En position de semi-flexion ;
  - En recherchant de la stabilité / équilibre ;
  - Impulsion – poussée – contre-mouvement (click) ;

Poussée qui part de la plante des pieds et des chevilles (non sur les talons)
- **Le torse / le buste :**
  - Juste distance de la balle ;
  - Loin de la manchette ;
- **Les épaules :**
  - Donnent la direction
- **Les bras (manchette) :**
  - Les mains sont déjà jointes ;
  - Complètement étendus ;
  - Plateau en pleine extension ;
  - Extra-rotation des coudes ;
  - Eloignés du corps ;

9

SwissVolley  
REGION BRUCNATES

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

**\*L'évaluation de la réception**

|       |             |
|-------|-------------|
| Rec # | Parfaite    |
| Rec + | Positive    |
| Rec ! | Esclamative |
| Rec - | Négative    |
| Rec / | Slash       |
| Rec = | Erreur      |

1 mètre

\* Surtout pour le haut niveau

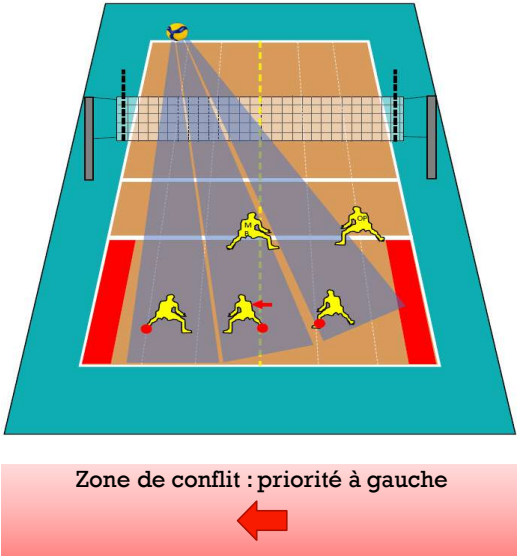
10

SwissVolley  
REGION BRUCHAËLE

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

### Service de zone 1

Les systèmes de réceptions



Zone de conflit : priorité à gauche

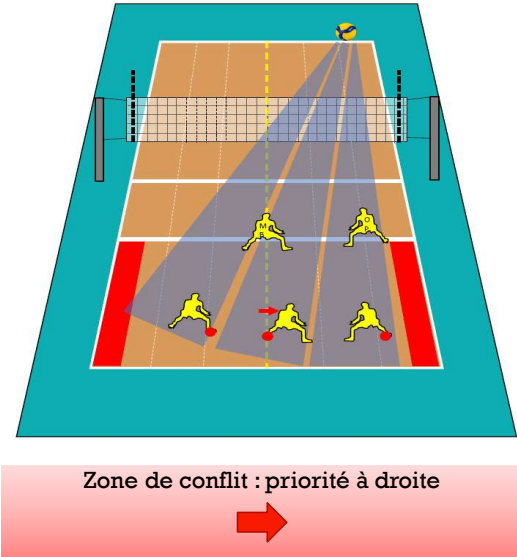
11

SwissVolley  
REGION BRUCHAËLE

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

### Service de zone 5

Les systèmes de réceptions



Zone de conflit : priorité à droite

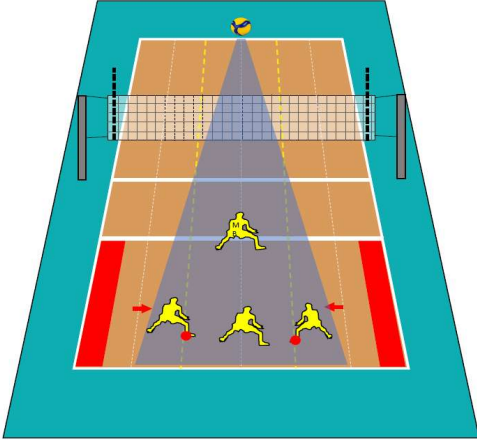
12

SwissVolley  
REGION BRUCHÈRE

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

## Service de zone 6

### Les systèmes de réceptions



Zone de conflit : priorité au centre

➔ p.6 ➔

13

Matteo Cacchiarelli – Head Coach Colombier Volley

## Les systèmes de réceptions du service float

Un étude par rotation

14

