

Lycée pro : priorité au jeu !

Dans son lycée professionnel qui accueille une forte population féminine, **Isabelle Beguery** s'est laissée convaincre par l'usage limité dans le temps de la « balle accompagnée ». Ses élèves osent entrer dans le jeu, reprennent confiance et peuvent jouer à égalité en duos hétérogènes. C'est l'occasion de lever momentanément les difficultés techniques pour construire la logique du jeu.

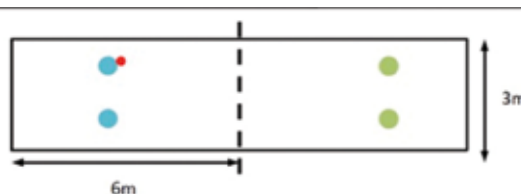
Dans ton lycée, vous faites pratiquer le volley. Pourquoi ?

Le volley est enseigné dans les collèges du secteur et dans notre LGT. Dans mon lycée professionnel le volley est enseigné en seconde et le badminton en première. En terminale, les élèves choisissent entre badminton et volley. C'est un lycée qui accueille des sections tertiaires et sanitaires et sociales au LGT. Les filles sont majoritaires par rapport aux garçons. Nous avons choisi le volley pour être en continuité avec les autres établissements, pour son intérêt propre et le jeu en équipe mais aussi pour des raisons matérielles. En terminale, les élèves choisissent à peu près à 50% entre le badminton et le volley, les autres APSA comme l'acrosport et l'escalade sont plus un choix du protocole.

Pourquoi utilisez vous « la balle accompagnée » ? En lycée, cela peut paraître étonnant, non ?

Jusqu'à présent, je n'utilisais pas ce type d'aménagement de balle bloquée. Mais je l'ai essayé lors d'un stage de FPC, et j'ai été convaincue d'essayer avec mes élèves de sections professionnelles qui sont parfois fâchées avec le volley, voire avec l'EPS : « cela fait mal aux doigts », « c'est compliqué de savoir quand il faut à tout prix réceptionner la balle ou non », « c'est difficile », « ça ne bouge pas »...

Mais justement avec ces élèves, parfois en difficulté en EPS, cela leur redonne confiance, c'est donc intéressant pédagogiquement. En volley, en 2 c 2, beaucoup d'élèves sont statiques. Il n'y a pas ou peu de jeu collectif. Or tout le monde sait attraper une balle. La balle accompagnée permet à tous et toutes d'oser se lancer dans le jeu sans avoir peur de rater et de se faire disputer par les autres. Les élèves s'engagent dans l'activité beaucoup plus vite. La balle accompagnée obligatoire lors des deux premières séances



Les règles

2 c 2
Terrain : 6 m sur 3 m
Hauteur filet : 2,10 m

Engagement : depuis la ligne de fond, frappe haute à 2 mains, on peut venir jusqu'à la ligne des 3 m.

Envoyer haut et loin.

La balle accompagnée en touche 1 est obligatoire pour tout le monde. Donc pas de renvoi direct car l'attaque serait trop facile.

Continuité du jeu : 3 touches maximum, pas de multitouches pour les joueurs.

La balle accompagnée

Il s'agit d'attraper la balle, au dessus des yeux, appuis face à la balle, puis la descendre jusqu'aux genoux et la relancer depuis les genoux vers le haut pour avoir une trajectoire en cloche.

Elle est obligatoire dans un premier temps, même pour les joueurs les meilleurs qui n'en ont pas besoin pour ne pas créer de confusion et pour ralentir le jeu. L'inconvénient est bien sûr qu'une deuxième touche est obligatoire, donc qu'il n'y a pas d'incertitude sur la première touche.

Cependant, les élèves envoient la balle au fond du terrain adverse à l'engagement et donc un renvoi direct serait très difficile.

« Globalement, de l'extérieur, on voit des élèves qui bougent, des balles qui volent, des joueurs qui s'engagent pour aller les chercher, les relever. »

Ce qu'il y a à construire

Les élèves doivent comprendre qu'il est question de construire un ensemble dynamique : si R (réceptionneur) reçoit la balle à droite, P (passeur) devra se déplacer pour recevoir le ballon à gauche. P pourra soit le renvoyer chez l'adversaire soit le renvoyer à son partenaire qui avance en zone d'attaque pour l'envoyer chez l'adversaire. Comme en basket ou en foot, on se déplace en volley pour recevoir un ballon et attaquer.

De plus, P devra se positionner plus ou moins de profil pour, à la fois voir la balle arriver de R et voir le terrain de l'adversaire.

Se déduisent deux règles d'action : pour R, la passe est oblique, P se déplace toujours pour la recevoir et la jouer.

Quels sont les comportements des élèves dans ce jeu ?

Il faut que les débutant.es comprennent comment réaliser cette balle accompagnée. Car au début, ils et elles bloquent la balle au niveau des yeux mais la renvoient tendue et P est en difficulté. Ou alors, ils, elles arrivent trop tôt ou trop tard sur la balle et sont désaxé.es. Ils et elles ont un problème de coïncidence avec le ballon.

D'autres encore ont les coudes au niveau des épaules, les mains vers les yeux, mais rabattent les mains vers le bas entraînant la balle vers le bas.

Après du jeu, de nombreux exercices et quelques régulations, ils et elles comprennent comment réaliser cette balle accompagnée et réussissent sa réalisation. Ils sont capables de remonter la balle en réception.

Je mets en place des duos de niveau hétérogène. C'est très positif car les deux sont devenus de vrais partenaires : le meilleur reçoit de bonnes passes et peut attaquer, le moins bon reçoit aussi des passes dans les meilleures conditions et surtout les 2 sont capables de recevoir le ballon de l'adversaire et de le remonter.

Globalement, de l'extérieur, on voit des élèves qui bougent, des balles qui volent, des joueurs qui s'engagent pour aller les chercher, les relever.

Beaucoup de jeu en 2 touches : ils et elles ont compris la prise de risque d'une 3^e touche : plus longtemps la balle reste au dessus de leur terrain, plus elle risque de tomber. Comme le filet est bas, les meilleur.es commencent à smasher, certain.es sautent pour contrer. Bref, cela ressemble à du volley !

Quand la 3^e touche est nécessaire, certains font la comparaison avec le foot : c'est comme le « une/deux » ! Mais beaucoup oublient de regarder ce qui se passe chez l'adversaire, ou plutôt sont tellement focalisé.es sur le ballon qu'il leur est impossible de s'en décentrer et de prendre des informations sur le terrain adverse. Il y a donc beaucoup d'échanges et trop de continuité. Finalement, ils et elles ne comprennent pas pourquoi P a besoin d'une si bonne balle. Il faudra comprendre la logique du jeu pour construire le jeu et travailler l'attaque.

La balle accompagnée n'est pas miraculeuse, mais elle permet de faire entrer tous les élèves dans le jeu, ce qui est déjà beaucoup en lycée professionnel !

Il va donc falloir faire progresser les élèves sur le plan tactique ?

Oui, la balle accompagnée permet momentanément de dépasser les difficultés techniques pour aborder la compréhension du jeu. En seconde, en début de cycle, ils et elles ne disposent pas des ressources techniques pour construire le jeu. Or les programmes font clairement référence à la mise en place du relai. Grâce à la balle accompagnée, mes élèves entrent dans le jeu, la continuité se développe et avec elle l'incertitude de l'issue de l'échange, ce qui réjouit d'autant plus quand l'équipe marque le point. C'est donc parce qu'il y a du jeu que nous pouvons entamer un questionnement pour interroger la logique du jeu.

Lors des retours en grand groupe, je pose des questions sur la manière de marquer : apparait ainsi la recherche d'espaces libres (il faut regarder les joueurs adverses pour y arriver), augmenter la difficulté des balles chez l'adversaire, être dans la rupture (pour cela il faut amener une balle haute parallèle au filet et permettre à l'attaquant de smasher, jouer une balle tendue accélérée, faire une balle amortie), différencier les balles « faciles » aux partenaires

et « difficiles » aux adversaires (une balle facile doit être en cloche, et redescendre devant le partenaire, une balle difficile doit être accélérée, tendue, dans un espace libre, amortie).

L'enjeu est de faire comprendre et mettre en œuvre les règles d'action dont je parle plus haut.

On en arrive aux conclusions suivantes :

D'abord P doit être bien orienté : de profil de manière à voir la balle arriver de l'arrière et voir les adversaires. Et surtout, P comme R doivent comprendre que pour recevoir une balle, il faut toujours se déplacer, comme dans n'importe quel sport collectif, ce qui n'est d'ailleurs pas si simple, même en basket par exemple.

La balle envoyée à P doit être haute pour lui donner le temps de se déplacer ET regarder le terrain de l'adversaire. Sur le jeu en 1, 2 ou 3 touches, je leur explique le capital risque et réussite c'est-à-dire que l'on peut mettre l'adversaire en difficulté dès la première touche à condition que l'on ait les capacités pour le faire directement, dans le cas contraire il faut s'aider d'un relai dans son équipe et jouer au moins en 2 touches. Le jeu en 3 touches permet une bonne construction d'attaque.

Parallèlement tu n'oublies pas la technique et tu fais pratiquer beaucoup d'exercices ou de mini jeux.

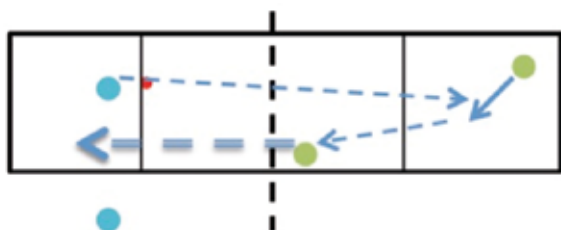
Oui, les échauffements doivent permettre aux élèves de toucher beaucoup de balles. Ils sont dynamiques. Le volley est difficile, il faut énormément de touches de balle pour prendre confiance, car techniquement il est indispensable de maîtriser la manchette, la passe haute, les passes frappées, les passes tendues, sauter/frapper.

Les débuts d'échauffement sont identiques tout au long du cycle avec des accélérations, des courses, des sauts pour claquer dans mains au dessus du filet. Les déplacements sont très dynamiques ! Ensuite, je propose de réaliser plein de touches différentes : passes de hand-ball main droite, main gauche pour travailler les 2 mains, frappes au sol comme le smash toujours main droite main gauche, idem après 2 pas et un saut. Beaucoup d'échanges à 2, passe haute au dessus de moi, je regarde mon partenaire dans les yeux et je lui envoie le ballon.

Circulation de balle : 3 joueurs sans filet, des balles hautes, enchaîner le maximum de passes. Il faut à la fois orienter les appuis vers d'où vient la balle et vers où je l'envoie.

Les élèves sont face au filet, petite passe à soi (la tête est orientée vers le haut), longue passe au fond (la tête est moins orientée vers le haut, les pieds sont décalés pour pousser loin. Ceci est expliqué aux élèves pour mettre des mots sur les actions à faire.

Les élèves travaillent aussi les engagements : par le bas, service tennis. Le partenaire en face récupère en manchette puis bloque la balle au dessus de sa tête.



Parallèlement au jeu, je fais faire du jeu réduit pour évaluer la relance.

« La balle accompagnée n'est pas miraculeuse, mais elle permet de faire entrer tous les élèves dans le jeu, ce qui est déjà beaucoup en lycée professionnel ! »

Le joueur engage au fond du terrain adverse et avance ou à droite ou à gauche.

R doit revoir le ballon en balle accompagnée pour P qui soit la repasse à R ou la renvoie lui même chez l'adversaire là où l'espace est libre.

R doit comprendre qu'il doit être prêt à avancer en zone avant pour attaquer si P lui passe le ballon. Il n'est pas que réceptionneur, mais aussi attaquant-e.

Le partenaire du pourvoyeur comptabilise les points. 10 essais puis changement de rôle.

Cela oblige les joueurs à se décentrer du ballon et à regarder chez l'adversaire.

Je propose aussi des matchs où les points valorisent certaines attaques. Par exemple, toutes les balles qui tombent chez l'adversaire derrière 5m valent 3 points.

La balle accompagnée reste une proposition très limitée dans le temps. Pourquoi ?

La balle accompagnée reste obligatoire en S1 et S2, ensuite les élèves peuvent choisir leur manière de réceptionner la balle (manchette ou balle accompagnée) s'ils restent efficaces et s'ils jouent en équipe.

Après l'obligation, les élèves peuvent-ils choisir ?

Au bout de 2 séances où la balle accompagnée est obligatoire pour tous et toutes, j'alterne des équipes de niveau et des équipes hétérogènes. Pour les niveaux les plus forts, la balle accompagnée n'est plus autorisée. Mais quand les équipes sont hétérogènes, chacun décide. Tout le monde est au courant. L'usage de la balle accompagnée ralentit le jeu, elle donne du temps pour construire le jeu à deux ; par contre si le réceptionneur touche la balle selon les règles du volley (manchette ou touche à deux mains), il pourra faire un renvoi direct pour marquer, le but du volley étant toujours de mettre la balle au sol dans le terrain adverse ou d'empêcher que les adversaires puissent la renvoyer en leur envoyant des balles difficiles (trajectoire tendue, forte, descendante ou vers des espaces libres). Même si le niveau de jeu est meilleur avec un service et des réceptions en manchette ou passe haute, ce qui compte pour moi c'est l'efficacité !

Je pense aussi qu'une fois que les élèves en retrait et passifs ont repris goût à l'activité, certain-es veulent jouer normalement « au volley » et comprennent que la balle accompagnée est une aide momentanée ; d'autres par contre préfèrent continuer à l'utiliser pour se sentir efficace par rapport à l'équipe (besoin de se sentir valorisé-e, car en LP les remarques désagréables fusent vite). Les élèves plus faibles vont plus facilement passer aux touches de balles habituelles dans les équipes bienveillantes avec des partenaires qui les encouragent et les conseillent. Cela modifie le jeu car le passeur reçoit la balle dans de moins bonnes conditions et joue plus en 2 touches pour éviter de perdre le ballon. ♦ IB