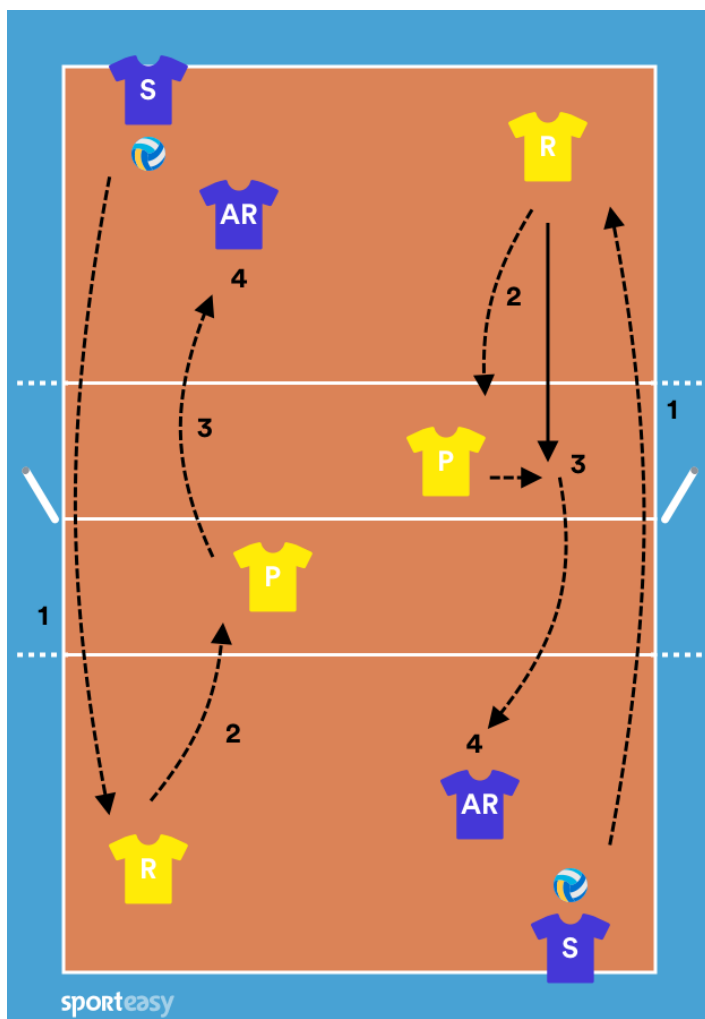


LA RÉCEPTION

Réceptionner le ballon correctement et relancer l'attaque

POSTES	NIVEAUX	CATÉGORIES	MATÉRIELS
Serveur	Débutant	Séniors	Une dizaine de ballons
Réceptionneur	Moyen	Jeunes	
Passeur	Confirmé		
Arrière			

Exercice



Effectif :

8 joueurs

Mise en place :

- Découper le terrain de volley en deux, dans le sens de la longueur.
- Sur chaque terrain : un serveur, un arrière d'un côté du filet et, de l'autre côté du filet, un réceptionneur et un passeur.

Déroulé :

1. Le serveur sert son ballon sur le réceptionneur dans le camp adverse.
2. Ce dernier doit alors réceptionner correctement le ballon pour le passer, avec précision, au passeur en attaque près du filet.
3. Le passeur reçoit alors le ballon et doit déclencher une attaque : il peut, soit, aller lui-même en attaque, soit enchaîner sur un action avec son réceptionneur qui se lance au filet.
4. L'arrière dans le camp adverse doit alors éviter de prendre un point en réceptionnant correctement le ballon.
5. Une fois ce tour effectué, les joueurs peuvent tourner et changer de rôle.

Conseils additionnels :

- Le serveur doit s'appliquer sur son service, de sorte que le receveur adverse reçoive directement le ballon.
- Ce dernier doit, lui aussi, être précis lorsqu'il transmet le ballon au passeur. Le ballon doit suivre une trajectoire arrondie lorsque adressé au passeur. Celui-ci ne doit pas recevoir de ballons tendus, qui sont assez difficiles à relancer ensuite.
- Le serveur peut également varier le type de services pour proposer différentes situations au receveur.
- Il ne faut pas que les joueurs hésitent à communiquer et à annoncer quand ils ont le ballon.