

Séance de développement

Club	Jodoigne	Date	25-11-23
Thème	Utiliser le service comme une arme d'attaque !		
Timing théorique	8h15 : accueil 8h30 : introduction et début de la mise en mouvement 9h (ou avant) : situation problème et situation évolutives 10h au plus tard) : situation finale 10h15 : pause 10h30 : début du TJA 13h30 : fin du TJA		

Analyse des compétences et des comportements

Gestuelle du service et intention de jeu - description d'un comportement régulièrement observé chez les joueurs débutants

Le joueur est concentré sur son geste.

Il utilise le service pour se "débarrasser du volant" en le mettant dans la zone de service

Il ne cherche pas à se trouver en position favorable dans le rapport de force.

Le niveau décrit est le niveau n ; nous proposons une séance pour le niveau n-1 et n+1

Introduction et utilité tactique

Le service est la seule frappe de l'échange où, avec l'entraînement, il n'y a pas d'incertitude sur où et quand le volant sera frappé (cela dépend uniquement du joueur)

De plus, c'est la frappe la plus réalisée lors de chaque entraînement.

Il advient donc aux joueurs de comprendre les étapes techniques et d'identifier les informations sur lesquelles s'appuyer pour choisir le type de service à réaliser (étape comprendre et connaître)

Avec quelques entraînements, il pourra alors comprendre et appliquer les principes techniques et tactiques qui permettent d'utiliser cette frappe comme une arme d'attaque (étape : appliquer)

Reste à lui de penser à ces principes lors de chaque service qu'il réalisera (étape : jouer en situation réelle)



Envie d'organiser une journée de développement dans votre club ?

www.lfbb.be/page/journee-developpement

Quentin GASPARD

Chargé de mission de développement

badjeunes@lfbb.be ; +32 497 739 742



Objectifs de la séance		
Utiliser les service comme une arme d'attaque		
Technique :	Développer la gestuelle du service long et court en coup droit	
Tactique :	Selon la position de l'adversaire, jouer vers un coin du carré de service	
Optionnel :	Réaliser des retours de service de qualité	
La séance proposée		
Objectif = ce que j'attends de la situation	Situation : description (consigne, but, critères réussite) ; matériel ; évolution N-1 et N+1	Les focus joueurs Mes focus
Situation introductive : dynamiser le début de la séance et permettre une contextualisation		
Expliquer le déroulement de la matinée et l'objectif	Programme du jour / horaires Volonté du club d'offrir un entraînement. Thème : service	Faire asseoir les enfants pour capter leur attention
Mise en mouvement progressive et dynamique (10min max)	Jeu au choix	Respect des consignes
Echanges libres sur terrain et demander de servir en coup droit (10min max)	Placer les joueurs par force et si possible avec un joueur d'un autre club (voir onglet "auto-évaluation")	Observer les services pour individualiser au niveau (voir ci-contre)
Réaliser des services longs et hauts	Les joueurs sont derrière une ligne ; par 2 (1 serveur, 1 sprinter) ; l'objectif est que le sprinter soit capable d'attraper le service le plus loin possible Essai puis question : comment faire pour que mon partenaire attrape le volant le plus loin possible ? Réponse/démonstration : envoyer le volant haut et loin	Observer pour poser les questions au bon moment et relancer un joueur avec un comportement efficace vs comportement moins efficace par exemple Identifier les éléments limitants pour la partie de développement

Individualisation selon le niveau de jeu		
Le joueur ne touche pas le service en coup droit	Le joueur touche le volant en service mais ne l'envoie pas assez loin	Le joueur est capable de servir long et court
Du global vers le spécifique	Global Analytique Global	Global Analytique Global
3	1	1 (avec focus sur les éléments techniques)

Situations évolutives : développer les compétences de manière ludique					
Option 1	<p>Par 2 Un joueur est assis sur le banc avec son pied raquette décallé vers l'arrière ; sa raquette est au sol et cache une pastille Un second joueur est en face à 3m et envoie un volant vers la pastille ; le joueur assis doit protéger sa pastille et se lever en servant (utilisation des jambes)</p>	Utilisation des jambes	1	2	2
Option 2	Exercices de jongles et transfert avec service	Prise coup droit Relâché-serré	2	(1 à 2 situations au choix selon les besoins)	(1 situation si besoin identifié)
Option 3	Services sur la longueur de salle (parallèlement au filets) : servir puis resservir depuis où le volant est tombé. Objectif : faire le moins de services possibles	Faire basculer le poids du corps vers l'avant (partir de l'arrière vers l'avant) Rotation des épaules	(1 situation au choix selon les besoins)		
Option 4	Sur terrain : exercice de répétition de service longs et courts. D'abord seul en expérimentation puis par 2 avec un observateur/joueur (qui peut jouer le retour)	!! Qualité de la démonstration (utiliser la vidéo si besoin) 1. Phase commune (masquer la frappe) 2. Ralentir ou accélérer le geste au dernier moment			3
Situation finale : évaluer les acquis des joueurs					
Mettre en application en situation jouée (15-20 minutes pour avoir le temps d'essayer)	<p>Match en situation avantageuse</p> <ul style="list-style-type: none"> - si l'adversaire met un pied dans la zone arrière élargie : 1 point bonus quel que soit le résultat du point (service long) - si le volant touche le sol : +2 points (service court) 	Retours sur ces éléments par tous les entraîneurs	3	3	4

Pendant le TJA		
Mettre le service en application en situation de match	Avant le service, inviter l'enfant à se relâcher et visualiser où il va servir ; au besoin, insister sur un élément technique qui lui a permis de réaliser son service long lors de la période de développement	Entre les points : rappeler l'objectif, donner des retours positifs, encourager Pendant les temps morts : favoriser la prise de conscience (demander ce qui le fait gagner, ce qui le fait perdre, dire ce que l'on a vu, souligner ce qui a été bien réalisé, conseiller une frappe) <u>max 1 conseil/temps mort !</u> A la fin : souligner les progrès réalisés et les progrès à réaliser
Pour les joueurs qui applique le service, mettre le focus sur le retour de service longs et droits (qui font reculer l'adversaire dans le coin) et court (en cas d'opportunité)	Proposer des retours longs et droits permet de libérer des espaces où le joueur pourra ensuite placer ces volants. En cas d'opportunité, jouer un volant (si l'adversaire est reculé) Pour le joueur en maîtrise technique, lui demander de réaliser des trajectoires plus plates (qui ne passent pas par la raquette de l'adversaire)	
Retour au calme – Feedback de séance – mes notes pour la suite de la période		

En priorité	En priorité	Focus : variation
Secondaire	Secondaire	A développer