



REPUBLIQUE DU SENEGAL

UN PEUPLE-UN BUT-UNE FOI

UNIVERSITÉ CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR

((U.C.A.D.))



INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR DE L'EDUCATION POPULAIRE
ET DU SPORT (INSEPS)

THEME :

*Etude des facteurs influençant la qualité du contre au volley-
ball : cas des équipes masculines du championnat de 1^{er} division
de Dakar*

Présenté et soutenu par

M. Ndiogou MANE

Sous la direction de

M. Amadou Anna SEYE

Professeur à l'INSEPS

Année académique 2009 - 2010

DEDICACES

Nous rendons grâce à Dieu, l'éternel, le Tout Puissant, le Miséricordieux, le maître des cieux et de la terre, à son prophète Mohamed (P.SL.)

Nous dédions ce travail :

A notre mère Nini FAYE pour l'amour qu'elle n'a cessé de nous apporter, à son dévouement pour notre réussite. Ce travail est le votre maman, vous avez été d'un précieux apport pendant les moments difficiles. Ce travail est le fruit de vos innombrables sacrifices et de vos prières dévouées. Nous vous souhaitons longue vie.

A notre père Daouda MANE qui nous a rendu courageux, et qui nous a façonné à son image. Nous ne trouvons jamais les mots exacts pour vous formuler notre profonde gratitude et notre éternel amour. Que Dieu vous accorde paix, longévité et santé.

A mon directeur de mémoire M. Amadou Anna SEYE de même que notre direction technique de club de volley-ball. Nous souhaitons longue vie, beaucoup de réussite dans vos entreprises et dans vos études, et que les portes du succès vous soient toujours ouvertes. Recevez ce travail en témoignage de votre considération. C'est le fruit de vos innombrables sacrifices et de vos conseils envers nous.

A Arame BADJI nous vous souhaitons longue vie et plein de succès dans votre vie et vos entreprises personnelles. Recevez ce travail en témoignage de votre amour envers nous.

A nos tuteurs : Insa DIEME, Karanta COLY, Mamadou BODIAN, et à sa femme Safiétou SANE nous ne trouverions jamais les mots exacts pour vous remercier de votre profonde gratitude envers nous. Vous n'avez cessé de nous soutenir. Nous vous souhaitons longue vie, beaucoup de bonheur et une bonne santé.

A nos amis de club : filles comme garçon, vous avez été toujours des frères et sœurs exemplaires car vous n'avez jamais cessé de nous exprimer votre fraternité, votre disponibilité et votre sympathie. Recevez ce mémoire en témoignage de fraternité 27 G merci à vous : Kaoussou DIEDHIU, Daouda BANGOURA, Assane MBAYE, Bécaye DIARRA, Matar DIEDHIU, Bafodé DIEDHIU, Amadou DOUCOURE, Arona BADIANE, Obyae NDOUR, Yannick SAMBOU, Lamine NDOYE

A mes amis et frères : Jean D. FAYE, Cheikh S. LO, WANDEY A. Kader BODIAN, Insa SAMBOU, Kéba Gaoussou SANE, Yousoupy SIDIBE, Yakhya WADE, Babacar BODIAN, les Hot Boys, nous vous disons tout simplement que nous avons encore du chemin à parcourir ensemble. Qu'Allah préserve amitié à jamais.

A notre père et président, feu Abdoulaye Baba SY. Nous vous souhaitons un bon repos et que Dieu vous accueille dans son paradis.

REMERCIEMENTS

Nous sommes particulièrement reconnaissants à tous ceux qui de près ou de loin, nous ont aidé à la réalisation de ce modeste document notamment :

Nos parents qui nous ont donné la vie et n'ont ménagé aucun effort pour la réussite de nos études.

Mes remerciements vont également à M. Amadou SEYE, directeur de mémoire, notre pour sa disponibilité et ses importants conseils sans lesquels nous n'aurions jamais pu réaliser ce travail. A nos coachs et amis René Frank MAGANGA, Lamine BA pour leur soutien. Nous vous souhaitons plein de succès dans vos entreprises.

A Yves SAMBOU et sa femme Marie Louise SAMBOU pour le soutien et les conseils que vous ne cessez de nous donner. Nous vous souhaitons longue vie pleins de succès dans vos entreprises.

A notre frère Mamadou MANE et sa femme Mariama FAYE nous ne trouvons pas les mots exacts pour vous formuler notre profonde gratitude. Recevez ce travail en témoignage de notre considération. Que Dieu vous accorde plein de bonheur et une bonne santé

A Aimée Kassalaye DIATTA pour tes conseils et le soutien moral que vous n'avez cessé de nous apporter. Vous avez été un exemple et toujours prête à vous sacrifier pour notre bonheur. Les nombreux sacrifices que vous aviez consentis envers nous resteront gravés à jamais dans notre mémoire. Que Dieu vous accorde paix longévité et santé.

A Sylvain BOISSY pour tout le soutien que vous avez apporté.

A tous les professeurs de l'INSEPS

A tous les étudiants de l'INSEPS

A tous le personnel administratif et technique et surtout à nos dévoués bibliothécaires

SOMMAIRE

Résumé	03
Introduction	04
<u>Chapitre I : Généralités sur le volley-ball</u>	07
1 Etat actuel du volley-ball dans le monde	07
1.1. Evolution du jeu	09
1.2. Organisation du volley-ball au Sénégal	10
2 Présentation de la défense au volley-ball	13
2.1 Définition et caractéristiques de la défense au volley-ball	13
2.1.1 Définition	13
2.1.2 Objectif de la défense	13
2.1.3 Caractéristiques de la défense haute (le contre)	13
2.2 Historique et évolution du contre	14
3. Les facteurs influençant la qualité du contre	16
4. Les différentes techniques du contre	16
4.1. Les techniques de contre offensif et défensif	20
4.2 Contre de zone	20
4.3 Qualité des appuis et déplacements	21
4.4 Tactique du contre	25
4.4.1 Contre individuel	25
4.4.2 Contre collectif	25
4.4.3 La tactique de contre en lecture	27
4.4.4 La tactique de contre en engagement	28

Chapitre II : Méthodologie32

1. Observation	32
1.1 La population observée	32
1.2 L'instrument de mesure	32
1.3 Construction de l'échelle d'appréciation	32
1.4 Validité et fidélité de l'instrument de mesure	33
2. Définition du contre	34
3. Recueil de données	35
4. Limite de l'étude.....	35

Chapitre III : Présentation, analyse et interprétation

Synthèse

1. Qualité et quantité du contre.....	44
2. Etat psychologique des joueurs dans l'exécution du contre.	44
3. Circulation tactique du contre	45

Chapitre IV : Discussions et propositions

Conclusion	52
Bibliographie	54
Annexe	55

Résumé

Ce travail de recherche a pour objectif, après l'observation des problèmes de coordination des joueurs sénégalais dans l'exécution du contre, de faire une étude normative des facteurs influençant la qualité du contre.

Ainsi, vu le niveau de pratique actuel du volley-ball sénégalais et particulièrement celui de la région de Dakar, la prédominance de l'attaque par rapport à la défense, la faiblesse des qualités requises par les joueurs, ce sport a suscité une interrogation à notre niveau.

Celle-ci est relative à l'obtention de bonnes qualités physiques, de déplacements, de coordination et de bonne lecture de jeu, comparée à ce qui se passe au haut niveau. Mais il y a lieu de signaler que notre travail ne se veut pas une étude comparative entre les joueurs sénégalais et ceux des grandes équipes internationales comme le Brésil et autres ; il s'agit en fait de la volonté d'avoir une connaissance sur ces qualités entre les équipes observées lors du championnat national qui sont respectivement : la CSE (Compagnie Sahélienne d'Entreprise), le DUC (Dakar Université Club), l'ASFA (Association Sportive des Forces Armées), DIATOO et l'Olympique de Ngor

Nous avons choisi ces équipes de la région de Dakar parce qu'elles sont les plus régulières ces dernières années dans le championnat national.

En effet la performance d'une équipe de volley-ball et son maintien à un niveau pratique supérieur sont intrinsèquement liés au niveau d'acquisition de certaines qualités techniques et tactiques qui constituent en grande partie la clé de réussite d'un bloc efficace.

Une telle assertion est dictée par l'observation des aptitudes de l'équipe adverse, depuis la qualité de notre service, jusqu'à la relation entre le contre et la défense, en passant par la nature de la réception, la course d'élan de l'attaquant, la nature de la passe ; ce qui suppose un degré de maîtrise technique individuelle et collective.

Après ce travail, les résultats obtenus au niveau des différentes observations ont pour l'essentiel permis de voir que malgré des différences individuelles, les écarts entre les équipes ne sont pas toujours élevées.

Le niveau de maîtrise de la technique du contre est très faible.

Ainsi à partir de ce qui a été découvert, il est à noter que toutes les populations cibles (joueurs, entraîneurs) doivent interagir non seulement pour développer ces qualités des joueurs mais aussi pour permettre une pratique à un niveau supérieur.

INTRODUCTION

Considéré, à la fois, comme un simple jeu récréatif mais aussi comme un sport de compétition par excellence. Le volleyball peut être assimilé de ce fait à un sport qui est accessible par tous. De nos jours, il est démontré, statistiquement, qu'en plus de sa popularité toujours croissante, le niveau de performance du volleyball international de pointe s'améliore sans cesse devenant ainsi athlétique et plus spectaculaire.

Au Sénégal, la connaissance du volley-ball est associée à l'arrivée du colon. C'est ainsi que, pratiqué au Sénégal après plusieurs années antérieurs, une grande mobilisation s'est opérée autour de ce sport pour créer la FSVB (Fédération Sénégalaise de Volley-ball) et mettre en place l'organisation des championnats.

Des bonnes volontés se sont activées pour que le volley-ball puisse s'illustrer au sein de l'espace sportif sénégalais. Des équipes ont vu le jour et des compétitions sont organisées par des dirigeants malgré leurs faibles moyens financiers et des infrastructures qui font défaut. La FSVB a aussi dans sa politique de développement facilité et favorisé la formation de techniciens de haut niveau ainsi que des officiels (les arbitres par exemple).

Ces acquis ont permis de hausser le niveau de jeu du volley-ball au Sénégal. En effet, son niveau n'a cessé d'évoluer. Ce qui lui a valu la participation des équipes nationales lors des compétitions continentales : les jeux africains et la Coupe d'Afrique des Clubs Champions. Tous les compartiments de jeu ont connu des évolutions techniques et tactiques en attaque et en défense et des réflexions pour apporter des solutions concernant le rééquilibrage du rapport de force. A cet effet, nous nous sommes intéressées à l'observation des matchs qui nous sont proposés dans le championnat sénégalais. Au regard de la qualité de jeu des équipes de ce championnat nous remarquons que la plupart des joueurs

du Sénégal touche beaucoup le filet quand ils sont au contre. En d'autre terme ils exécutent mal le geste. C'est ce qui nous amène à nous poser les questions de recherche suivantes :

- Quels sont facteurs influençant la qualité du contre ?
- Pourquoi toutes ces fautes lors de l'exécution du contre ?
- La technique du contre est – elle suffisamment abordée lors des séances d'entraînements?

Notre propre recherche à été faite à partir d'observation de matchs proposés dans le championnat afin de tenter d'apporter des réponses concrètes à notre problématique. C'est à partir d'un tel constat que nous avons eu la motivation en tant que pratiquant et optionnaire de faire une étude normative des facteurs influençant la qualité du contre.

Nous partons du fait que dans la tendance actuelle du volley-ball, il est démontré que les attaquants ont la tâche plus facile que les contreurs. Considérant qu'il est utile d'intervenir au point de départ de l'attaque, le contre apparait vite comme une technique de défense.

A la lumière des résultats de notre étude nous tenterons d'établir un plan qui comprend quatre chapitres : Au premier chapitre, nous avons la revue de littérature qui comprend d'une part l'Etat actuel du volley-ball dans le monde et d'autre part les facteurs influençant la qualité du contre ; par la suite nous présenterons notre méthodologie dans le deuxième chapitre ; dans le troisième chapitre nous avons la présentation, l'analyse et interprétations des résultats ; Enfin notre dernier chapitre sera consacré à la discussion de nos résultats. Il sera suivi de nos propositions et conclusions

Chapitre I :

Généralité sur le volley-ball

I. Etat actuel du volley-ball dans le monde

La F.I.V.B (Fédération Internationale de Volley-ball) qui fêtait en 2006 son centième anniversaire, est l'une des associations les plus dynamiques du mouvement olympique. Un succès éclatant des championnats du monde de 1997 à Tokyo, la qualification pour les jeux olympiques (J.O) de Beijing de 2008 était devenu une priorité pour les joueurs d'élite de volley-ball et de Beach volley-ball.

Le volley-ball est maintenant structuré de manière à assurer, non seulement les meilleurs joueurs participent aux tournois olympiques, mais aussi que les objectifs et les valeurs du mouvement olympique s'inscrivent à part entière dans toutes les activités du volley-ball. Par ailleurs, au sein du mouvement olympique et notamment des Comités Organisateur Olympiques, la FIVB est réputée pour le professionnalisme et l'efficacité avec les quelles elle organise le volley-ball en tant que sport olympique.

Le volley-ball figure au programme olympique depuis 1964, mais le pas décisif à été accompli vingt ans plus tard, en 1984, lorsque le nouveau Président le docteur Ruben Acosta, a déplacé son quartier général de Paris à Lausanne pour se rapprocher du C.I.O (Comité International Olympique). Dés lors, la FIVB a travaillé en étroite collaboration avec le CIO et les Comités Nationaux Olympiques du monde pour accroître la popularité de ce sport et l'importance de la FIVB pour les jeux olympiques.

Le volley-ball a une longue et illustre histoire du sport amateur dans le cadre des écoles et des universités. La FIVB à réussi à continuer cette tradition tout en augmentant l'attrait du volley-ball en tant que sport professionnel de haut niveau pratiqué sur tous les continents.

Sous la direction du Docteur ACOSTA, la FIVB à réussi à se maintenir dans les J.O tout en créant de nouveaux tournois mondiaux populaires tels que la

ligue Mondiale pour hommes. Le Grand Prix Mondial pour les dames et le Swatch – FIVB world tour de Beach-Ball.

La FIVB a maintenu une base financière solide, que beaucoup d'organisations dans le mouvement olympique lui envient. En l'espace de vingt ans la FIVB est une des principales réussites du monde du sport.

Le Président Docteur ACOSTA a établi des partenariats commerciaux rentables entre la FIVB et les principales sociétés de diffusion, créant ainsi les conditions pour des parrainages lucratifs des tournois de volley-ball et investis ces nouveaux revenus dans ce sport, en finançant de nouvelles compétitions, en augmentant des prix et l'aide au développement du sport. C'est là un excellent exemple du nouveau principe olympique « *les recettes du sport doivent être utilisées pour le sport* ». Comme le CIO, la FIVB a des recettes télévisuelles et de marketing assurés pour les années à venir ; elle satisfait ainsi un objectif olympique fondamental, à savoir que l'organisation, l'administration et la gestion du sport doivent être contrôlées par des organes sportifs indépendants.

A l'instar des CNO, le volley-ball s'est adapté et modernisé. En même temps, la FIVB est attentive aux réactions des joueurs, des officiels, des spectateurs, des médias, et du CIO vis-à-vis de ce sport courageux, pour modifier les lois du jeu et pour rendre ces sports plus accessibles et passionnants. A Sydney en 2000, le volley-ball avait abandonné le changement de service en faveur du système de marquage continu et utilisait les points décisifs dans le set final. Ces modifications ont accru la popularité de ce sport chez le spectateur et à la télévision. A Sydney, le tournoi de Beach volley-ball était une des principales attractions et à ATHENES, quatre ans plus tard, le volley-ball figure parmi (1) les premiers dans le classement des ventes de billets et du nombre de téléspectateurs.

La FIVB est devenue la fédération la plus grande du point de vue du nombre des fédérations nationales affiliées. De 216, elle est passée à 220 fédérations nationales et comptent plus de 35 millions de joueurs inscrits. Plus 174 équipes nationales ont disputé les derniers championnats du monde de volley-ball, dont les finales l'an dernier à Tokyo. Le Président ACOSTA s'était fixé comme but d'arriver à 250 équipes lors des prochaines compétitions mondiales.

La FIVB fait tout pour l'égalité des chances entre hommes et femmes dans le volley-ball à tous les niveaux. Ce sport a été développé de telle sorte que la seule différence technique dans le jeu des hommes et des femmes est la hauteur du filet.

D'autres sports majeurs semblent vouloir « *protéger* » leurs championnats les plus importants en organisant les tournois olympiques sans aligner beaucoup de leurs meilleurs joueurs. La FIVB a su à la fois accroître la popularité mondiale de ses sports, augmenter les prix de manière à ce que ces professionnels aspirent tous à conquérir l'or olympique. La FIVB à travers ses centres de développement et ces programmes tels que la vision mondiale 2012 cherche à élever le niveau des fédérations nationales les plus faibles et à offrir aux jeunes davantage de possibilités de pratiquer le volley-ball sur tous les continents.

1.1 Evolution du jeu

En une centaine d'année d'existence, le volley-ball s'est considérablement développé en passant d'un simple jeu récréatif à un sport moderne athlétique que nous connaissons actuellement et qui ne cesse de revire le monde sportif

A quoi attribuer ce succès, et comment s'est faite l'évolution ?
A l'origine du jeu lui-même : attrayant, aux règles simples qui permettaient de se passer d'arbitre, l'absence de contact physique avec l'adversaire, la composition de l'équipe (mixte, sans limite d'âge), un terrain facilement aménageable (un filet et poteaux transportables). C'est un sport idéal pour les loisirs et la détente.

Aujourd'hui c'est un sport de compétition, réglementé, athlétique et spectaculaire, et qui s'inscrit dans le professionnalisme.

La rotation du service devient obligatoire en 1916; de neuf joueurs, on passe à six en 1918 et les passes illimitées à l'origine sont passées à trois en 1922. En 1927, on délimita la zone d'attaque par une ligne parallèle au filet et à trois mètres de celui-ci. Ces différentes règles sont apparues dans les différentes zones où se pratiquent le volley-ball et sont unifiées en 1947 par la FIVB.

Ce sont les soviétiques qui ont fortement influencés le volley-ball dans ses règles et dans la pratique en démontrant qu'il pouvait être un sport de haute compétition, ceci dès 1949. Toutes les équipes du monde se sont inspirées de leur technique, de leur pratique et de leur méthode d'entraînement jusque dans les années 1960 ; début de l'ère japonaise.

Les qualités physiques : vitesse, puissance, résistance, coordination, souplesse. Les qualités psychiques et morales : volonté, courage, combativité, concentration, esprit collectif sont dès lors mises en évidence.

L'évolution technique, tactique et parallèlement du règlement (lois de jeu sont régies par les congrès olympiques ce qui fait qu'elles ont une durée de vie minimale de quatre ans) a toujours été guidée par le maintien de l'équilibre du rapport de force.

1.2 Organisation du volley-ball au Sénégal

Depuis 1961, la FSVB (Fédération sénégalaise de volley-ball) est délégataire de pouvoir du Commissariat Général aux Sports. La FSVB est affiliée aux organisations internationales (Fédération Internationales de Volley-ball, Confédération Africaine de Volley-ball, Union Zonale de Volley-ball, Comité National Olympique et Sportif Sénégalais).

Cette même fédération est chargée de développer et de faire la promotion de cette activité et elle collabore avec toutes les autres organisations sportives existantes ici au Sénégal et dans la sous région.

La Fédération regroupe en son sein quatre catégories de membres : (actifs sont les ligues régionales, les dirigeants actifs des ligues de la FSVB et les joueurs, le membre émérite est un titre qui peut être décerné à toute personne physique ou morale qui a rendu d'éminents services à la FSVB ou à une ligue , le membre bienfaiteur est un titre qui peut être décerné à toute personne physique ou morale qui apporté un soutien matériel et ou financier à la fédération ou à une ligue , le membre d'honneur est un titre qui peut être accordé aux personnes qui ont pratiqué le volleyball ou non, mais qui s'y intéressent et dont l'affiliation augmente le prestige de la FSVB ou de la ligue).

Plusieurs de ces personnes s'identifient à certains rôles et responsabilités. La fédération ne dispose pas de personnel salarié.

Telles sont les causes des difficultés que vit la FSVB actuellement et le marasme qui s'installe dans le cœur des membres de la FSVB.

Cependant, quelque soit la valeur d'un programme s'il ne s'appuie pas sur des moyens matériels suffisants et en support humain se sentant concerné et engagé, et pour une bonne cause , il n'est pas possible d'obtenir de bons

résultats, particulièrement, dans une entreprise comme celui de la fédération de volley-ball

Situation Actuelle du Volleyball

– Fonctionnement Administratif

Fonctionnement des instances

Le bureau exécutif tient des réunions hebdomadaires et il se réunit une fois après sa mise en place, pour élire le bureau fédéral, proposer les présidents de commissions et une troisième pour préparer l'Assemblée Générale ordinaire.

Les indicateurs de performances que sont le nombre de clubs, le nombre de licenciés et la régularité des compétitions constituent une situation préoccupante dans les régions autre que Dakar.

En effet, l'élargissement de la pratique du volley-ball en termes d'accroissement des effectifs et sa propagation ne sauraient se faire avec deux (02) voire un (1) club comme c'est le cas des régions de l'intérieur du pays.

L'autre inquiétude majeure est le niveau tout à fait insuffisant de maîtrise administrative et le manque de structures réelles d'un trop grand nombre de ligues régionales et l'absence aussi d'une direction administrative permanente.

C'est pourquoi, le bureau Fédéral envisage une tournée nationale pour une large concertation avec les ligues. Ces rencontres vont permettre de faire des évaluations sectorielles, de réorienter ces objectifs et de proposer des solutions idoines aux insuffisances observées.

– COMMISSIONS FEDERALES

Les recommandations de la dernière assemblée générale ordinaire n'ont pas eu d'effet, car certaines commissions semblent se résumer seulement au Président. D'autres sont pratiquement inexistantes.

- Il faut noter l'irrégularité de la couverture médicale lors de nos compétitions nationales.
- Le Conseil du Beach volley n'a pu réaliser son programme pour deux raisons :
 1. insuffisance de moyens.
 2. coïncidence avec le mois du ramadan.

DIRECTION TECHNIQUE NATIONALE

La DTN (Direction Technique Nationale) doit affirmer sa stratégie de détection, de perfectionnement et exiger des DTR (Directions Techniques Régionales) des réalisations concrètes.

– ACTIVITES SPORTIVES

Compétitions nationales

Au début l'organisation du volley-ball masculin à Dakar, s'était organisé le championnat régional qui regroupait les équipes régionales et celles de Dakar pendant quatre jours pour disputer la coupe du Sénégal.

Par la suite, nous avons le championnat zonal, constitué de quatre (4) zones où les premiers de chaque zone se rencontrent en demi finale.

De nos jours, nous avons le championnat national où les neufs (9) équipes sont divisées en (2) poules et les deux premiers de chaque poule se qualifient en demi finale.

En plus du championnat national, s'organisent des tournois et des coupes comme : le tournoi des quatre grands où se rencontrent les quatre meilleures équipes de l'année précédente, la coupe du CNOSS (Comité National Olympique du Sport au Sénégal).

Le premier constat est l'annulation des tournois de petites catégories (Minimes, Cadets en filles et en garçons) qui sont prioritaires dans notre politique de développement. De report en report, la FSVB a décidé de surseoir à ces manifestations faute de moyens.

Infrastructures

Dans les régions, les terrains sont à ciel ouvert sauf à Thiès qui dispose d'une salle fermée au Stade Lat. Dior. Ailleurs, dans la plupart des cas, les aires de compétitions ne sont pas réglementaires pour un bon déroulement du jeu, mais surtout pour la sécurité des acteurs.

Le projet de réhabilitation du Stade Iba Mar DIOP tarde à se dessiner.

Le stadium Marius NDIAYE, nouvellement réfectionné, la seule salle fermée de Dakar n'est pas toujours disponible parce que souvent occupée par les autres Fédérations, ainsi que diverses autres manifestations culturelles et religieuses.

2. Présentation de la défense au volleyball

2.1 Définition et caractéristiques de la défense au volleyball

2.1.1 Définition

La défense peut être définie comme « *la phase de jeu pendant laquelle l'équipe s'organise pour arrêter une attaque ou pour entrer en possession du ballon.* »⁽²⁾

La particularité du volleyball qui est un sport collectif se jouant entre deux équipes séparés par le filet fait qu'on se doit d'insister sur la spécificité du secteur défensif. Au volleyball il existe deux types de défense : la défense basse et la défense haute.

2.1.2 Objectif de la défense

Au volleyball, il ya ce qu'on appelle la défense basse et la défense haute. Le but ici pour la défense basse, c'est d'empêcher le ballon de toucher et de l'orienter dans la mesure du possible vers un poste déterminé au filet suite à une attaque de l'équipe adverse.

Pour la défense haute appelée communément « *contre* », son but c'est d'empêcher l'attaque adverse de passer en utilisant un contre offensif ou de ralentir la balle pour permettre à son équipe de récupérer le ballon en utilisant le défensif. Ainsi notre travail va s'appuyer précisément sur la défense haute.

2.1.3 Caractéristique de la défense haute (le contre)

En sport de compétition, nous avons tous entendus parler, à un moment où à un autre, l'expression suivante : « *la meilleure défense, c'est l'attaque* ». Mais dans un sport collectif comme le volley-ball, à l'intérieur du quel les phases d'attaques et de défense alternent très rapidement (elles sont même parfois confondus). On peut facilement faire le raisonnement inverse et dire qu'au volleyball, « *la meilleure attaque, c'est la défense* ». Le contre devient, par conséquent, la première arme défensive d'une équipe. De plus en plus dans le

volleyball moderne, « *l'attaque est envisagée pour créer un déséquilibre dans la formation, c'est-à-dire d'empêcher que l'équipe adverse puisse placer deux ou trois joueurs face à l'attaquant* » (3)

Surtout avec la tendance actuelle à systématiser l'utilisation de joueur de la ligne arrière comme attaquants potentiels. « *L'importance du contre n'est donc plus à démontrer dans un sport où le gain du point est déterminé en grande partie par l'organisation de la contre attaque, soit directement par renvoi immédiat du contre, soit immédiatement par la construction d'une combinaison d'attaque* ». (4) De ce fait, la description technique du contre peut se résumer à travers la succession des phases suivantes :

- Le placement initial
- Le placement
- Le saut
- La phase de suspension plus le placement des segments supérieurs
- La réception au sol

2.2 Historique et évolution de la technique du contre

Quand un élément apparaissait en attaque, détruisant l'équilibre en faveur de l'attaque, une parade ne tardait pas à paraître pour tenter à rétablir l'équilibre dans le rapport de force.

Ainsi dès l'apparition du smash en 1932, est né le contre individuel puis collectif, ayant pour conséquence une modification du système défensif. L'efficacité du contre entraîne un changement de stratégie et de structure de l'équipe. De trois passeurs et trois attaquants, la structure d'équipe est passé à quatre attaquants et deux passeurs, puis cinq attaquants et un passeur, afin d'augmenter le potentiel effectif au filet. On a vu l'apparition de la tactique de pénétration du passeur évoluant en ligne arrière, dans la zone d'attaque. Ceci

libérait les trois joueurs avant pour l'attaque. La passe étant effectuée par le passeur pénétrant.

En 1956 au championnat du monde de Paris l'utilisation de passeur pénétrant permet de diversifier les zones d'attaques et d'élargir le jeu. Trois attaquants sont alors susceptibles d'être serrés au centre et aux ailiers complexifiant par la même occasion la tâche du contreur central. L'interdiction aux contreurs de passer les mains dans le camp adverse limite leurs possibilités offensives.

A partir de 1964 aux jeux olympiques de Tokyo, le congrès de la FIVB modifie la règle du contre, en autorisant désormais les bloqueurs à passer les mains de l'autre côté du filet. Cette possibilité de franchir le plan du filet, au moment de l'attaque adverse, a augmenté l'efficacité de la défense haute; ils peuvent cependant neutraliser plus facilement les attaques smashées adverses. Suite à l'autorisation faite aux contreurs de passer les mains dans le camp adverse, cette phase devient de plus en plus offensive.

Devant cette nouvelle parade défensive, deux solutions offensives ont été développées :

- Recherche par les équipes d'Allemagne de l'Est, de l'URSS, la Pologne, de grands gabarits, capables de passer au dessus du contre, en adoptant une tactique de jeu simple : passe hautes des passeurs pour les attaquants. Cette solution eut certes des résultats mais au détriment du spectacle (ralentissement du jeu) et de l'engouement populaire.
- Solution présentée par les japonais (de gabarit inférieur mais rapides et habiles) au championnat du monde à Prague en 1996 : ils démontrèrent qu'en adoptant un jeu rapide, basé sur des combinaisons offensives variées, le volley-ball pouvait être efficace en attaque en devenant populaire.

Pour renforcer la défense haute, on autorise en 1970 la reprise de balle par les bloqueurs, après un contre effectif (donc deux touches effectives par un même joueur) c'est-à-dire pour permettre une meilleure relance offensive, on autorise trois touches de balles après le contre effectif.

Dés la fin des années 80 une transition s'opère, la diversité et les combinaisons d'attaques placent de plus en plus les contreurs en crises de temps. Cette évolution entraîne la mise en place d'options variées, l'option en lecture de monde aux contreurs d'interpréter d'abord la situation puis de s'ajuster en conséquence.

L'option à l'engagement consiste à effectuer un choix à priori dissuader et éventuellement s'opposer à l'attaque rapide adverse.

Aujourd'hui, le contre est essentiellement un fer de stratégie que les entraîneurs utilisent en fonction des situations et des adversaires. Le fait d'anticiper sur des combinaisons de l'adversaire facilite les choix. Dans ce cas le choix est fait de protéger certaines zones et ensuite restreindre les possibilités de l'attaquant.

A l'intention de passer l'angle le plus petit possible permet de réduire le rayon d'action du défenseur et donc de faciliter sa tâche. Si l'opposition en engagement est retenue, le contreur central cherche à s'aligner et sauter en même temps que l'attaquant. Quand il est fixé par le premier temps il doit rejoindre le contreur à l'aile pour s'efforcer de collaborer à la protection d'une zone de terrain.

Si l'option en lecture est retenue le contreur recherche sur le premier temps d'attaque, le contre en lecture permet de s'opposer à des combinaisons d'attaques avec changement ou surcharger de zone.

Si la prise d'information sur le dispositif des joueurs, le ballon conditionne le résultat de l'activité du contreur celui-ci met en jeu aussi différentes actions motrices constantes relatives au déplacement qui peut s'effectuer sous des formes variées, de lieu et au temps de l'impulsion plus ou moins retardé selon l'éloignement et la caractéristique de l'attaquant et enfin à l'action des bras et des mains dans le franchissement et l'orientation.

Le contre et son complément la défense participent au développement du spectacle sportif offert par le volleyball d'aujourd'hui.

3. Les facteurs influençant la qualité du contre

4 Les différentes techniques du contre

- Technique de base

Les mouvements et les actions des contreurs sont évidemment fonction de ceux de l'adversaire. Ici nous traiterons de la technique de base de chaque contreur, qu'il contre seul ou avec des Co équipiers :

- Attitude préparatoire

C'est la position optimum permettant au contreur de répondre rapidement à toute éventualité d'une attaque adverse.

Pour ce faire le contreur fait face à l'adversaire et observe le développement de l'attaque. Ses pieds sont côte à côte, perpendiculaires au filet et dans le prolongement des épaules, les pointes tournent légèrement vers l'intérieur.

Maintenant, suivant les préférences, les joueurs choisiront entre deux positions de bras : les mains légèrement au dessus des épaules, les avant bras perpendiculaires au sol et les paumes face au filet, ou bien, les mains à hauteur de poitrine et les avant bras parallèles au sol.

Bien que la première option soit plus fréquemment utilisée lors des rencontres, il semblerait que les contreurs les plus rapides aient un saut plus explosif à partir d'une position fixe.

En attitude préparatoire, le contreur gardera le dos droit, les genoux un peu fléchis et les pieds à plat sur le sol. Le poids du joueur reste à l'intérieur de son triangle de sustentation, ou légèrement plus en avant des chevilles. Cette flexion des chevilles abaisse le centre de gravité sans qu'il soit nécessaire de fléchir d'avantage les genoux. Cela leurs évitera un effort inutile tout en permettant quand même au contreur de sauter ou de se déplacer latéralement.

- L'appel et le saut

Il arrive que le contreur soit obligé de sauter sans élan à partir de l'attitude préparatoire, le contreur abaissera d'abord son centre de gravité, il maintiendra ses bras vers le bas, fléchira les genoux à 90° en abaissant le bassin. Pendant ce mouvement de compression, le contreur gardera le dos droit et les yeux sur la balle. Puis il sautera en cherchant à atteindre la hauteur maximum. Tandis qu'il s'élève, ses bras se tendront à l'oblique par-dessus le filet.

Les contreurs petits pourront ajouter un sursaut qui leur permettra de gagner en hauteur. Si le contreur n'a pas le temps de fléchir les genoux plus que l'exige l'attitude préparatoire, il utilisera au maximum la puissance des quadriceps et des muscles du mollet en élevant très rapidement les bras

- La position des bras et des mains

Au moment de l'appel, les bras du contreur s'élèveront immédiatement se portant vers l'avant de manière à franchir le filet vers le camp adverse. Il faut également éviter une position verticale des bras suivie d'un mouvement vers le bas pour atteindre le camp adverse.

Cette technique provoque des fautes de filet des contres sans « *timing* », le plus souvent inefficaces.

Les bras resteront tendus et parallèles ; la distance les séparant sera légèrement inférieure à la largeur de la balle (30 centimètre).

Pour ce faire, il suffira de hausser les épaules, les doigts seront écartés, les pouces face à face, les paumes un peu incurvées et rigides ; les pouces seront écartés l'un de l'autre de 6 à 10 centimètre. Plus le contreur est latéralement éloigné de la balle, plus il pourra écarter les mains.

A l'inverse, le contreur qui se trouvera le plus près de la balle gardera les mains et les avant bras resserrés afin d'éviter que la balle ne passe entre ses mains ou ne glisse entre ses bras. Les joueurs qui n'ont pas une très grande force entre les mains garderont les mains proches l'une de l'autre et pourront même faire chevaucher leurs pouces. De ce fait, le pouce de la main extérieure sera placé au dessus de celui de la main intérieure. Les poignets seront rigides, prêts à envoyer la balle.

Le degré de flexion des poignets dépendra du contre. Pour un contre gagnant défensif ils seront plutôt fléchis vers l'arrière, les paumes moins rigides.

De par leur capacité de saut et leur temps de suspension plus importante, les garçons ont un contre différent des femmes. Les contreurs ne tendront pas complètement les bras après l'appel. Ils les garderont au contraire un peu fléchis et effectueront un ajustement latéral (parfois appelé balayage), fermant le contre en direction de la balle. C'est seulement à la fin du contre qu'ils détendront les bras.

En revanche, puisqu'ils touchent généralement la balle plus près du filet, les jeunes tendront les bras immédiatement après l'appel.

- Le « timing » de l'appel

A moins d'une stratégie particulière, pour contrer une attaque en temps un (1), le bloqueur sautera en même temps que l'attaquant si la balle est proche du filet. Il tentera de coiffer la balle.

Sur des balles plus hautes en temps deux (2) ou trois (3) le joueur sautera après l'attaquant juste avant que celui-ci n'atteigne sa hauteur maximum. Si l'attaque est éloignée du filet, il attendra d'avantage encore avant de sauter.

Maintenant, face à un attaquant dont le mouvement de bras est rapide, aussi face à un attaquant de grande taille ou un joueur qui frappe la balle très haute, les joueurs petits ou de faible détente sauteront plus tard. Afin d'éviter de se poser en cible face à l'attaquant, le contreur ne sautera pas trop tôt. Car voyant le contre, l'attaquant peut frapper à côté, mais également l'utiliser à son avantage en lui frappant la balle dans les bras pour la faire sortir du terrain. Avec un bon timing, le contreur doit intercepter la balle alors qu'il s'élève encore, juste avant d'atteindre la hauteur maximum. Il vaut mieux ne pas contrer la balle en redescendant du saut car à ce moment là, le contre se désunit et perd en contrôle.

En outre, en s'élevant le contre pourra rabattre la balle plus rapidement.

- La pénétration au dessus du filet

Le contreur s'efforcera de passer par-dessus le filet et de rapprocher le plus possible les mains de la balle. Proches de la balle, les mains feront mieux écran à la pénétration de la balle. Cela facilitera largement la tâche de la défense basse pour détecter et anticiper les intentions de l'attaquant.

Ainsi, il existe deux facteurs déterminant la pénétration dans le camp adverse : les qualités physiques du contre et la situation de contre. Sautant plus

haut, les hommes porteront les bras plus en avant dans le camp adverse et auront par conséquent une pénétration supérieure à celle des jeunes.

Les femmes s'efforceront de passer les coudes au dessus du filet, les bras les plus près possible du haut du filet afin que le contact avec la balle se passe dans le camp adverse.

Dans le cas d'une balle basse et proche, le contreur essaiera de « coiffer » la balle en plaçant les mains au dessus. Si c'est une balle éloignée du filet, il tâchera de rapprocher le plus possible les mains de la balle sans toute fois perdre en hauteur dans son action.

- La reprise de contact avec le sol

En descendant du saut, le contreur tirera les bras vers l'arrière afin de ne pas toucher le filet. Il arrivera au sol sur la pointe des pieds, et amortira le choc par une flexion des genoux.

Dans le cas d'un complet déséquilibre il amortira éventuellement la chute en se laissant carrément rouler à terre. Si le saut est élevé, il retombera sur les deux pieds même s'il doit immédiatement enchaîner un autre contre. Il arrive que les contreurs n'ait pas à sauter très haut : principalement les contreurs centraux, parfois aussi les contreurs du côté gauche concernés par des balles basses et rapides en temps un.

Imaginons qu'un contreur saute à peine mais en même temps que l'attaquant rapide et que le passeur donne la balle à un autre attaquant, il peut être bon que le contreur retombe sur un seul pied, il tentera alors de rejoindre son partenaire pour participer à un contre collectif. En retombant sur un seul pied (celui opposé à la direction de son placement) le contreur gagnera un temps considérable et pourra enchaîner un déplacement dès son arrivée au sol.

En redescendant du saut, le contreur tournera la tête vers la direction de l'attaque afin de repérer immédiatement la balle. Dès son arrivée au sol, le contreur adoptera une position de préparation en accord avec la situation de jeu.

4.1 Les techniques de contre offensif et de contre défensif

Le contre offensif et le contre défensif sont les deux techniques fondamentales du contre. En principe, les bons bloqueurs s'efforcent toujours dans la mesure du possible d'effectuer des contres gagnants une « *chaussette* », c'est une technique de contre plus agressive par laquelle le contreur tente d'intercepter la balle avant qu'elle ne franchisse le filet pour la renvoyer verticalement dans le camp adverse afin de marquer un point et de remporter un changement de service.

Pour ce faire, le contreur passera les mains par-dessus le filet en les rapprochant au maximum de la balle. Sur des balles basses et près du filet, le contreur parviendra parfois à « *coiffer* » la balle en plaçant ses mains au dessus. Ici le but c'est bloquer une balle très près du filet ou contrer un attaquant moins grand que soi afin de rabattre la balle vers le sol. Dans ce cas le placement des membres supérieurs (mains) doit envahir le camp adverse.

Etant donné les possibilités physiques des athlètes principalement au niveau masculin, nous remarquons lors d'un contre offensif :

- Que les mains sont dans le prolongement des avant bras
- Que les mains, bras, tête et tronc forment un bloc
- Qu'il ya une flexion du tronc pour que les membres supérieurs envahissent le camp adverse
- Cette flexion du tronc est accompagnée d'une contraction des abdominaux

Le contre défensif est plus passif, on l'utilise lorsque l'attaquant a un avantage en hauteur sur le contreur, lorsqu'il est en retard ou lorsqu'il saute volontairement en retard.

Contre défensif : les paumes des mains seront parallèles au filet, ou légèrement fléchies vers l'arrière, les poignets souples. Le contre défensif a trois objectifs : protéger une partie du terrain contre une attaque puissante dans les trois mètres, toucher la balle pour la ralentir ; envoyer la balle à ses coéquipiers.

Lorsqu'un contreur est en retard, il ne recherchera pas à faire pénétrer les mains pour un contre gagnant, mais fléchira légèrement les poignets pour tenter de donner la balle à ses partenaires. Si malgré son retard il tente quand même de passer les mains, la balle risque fort de tomber entre le contreur et le filet. Il arrive qu'un contreur souhaite retarder son saut, soit parce qu'il veut d'abord voir le geste du passeur avant d'intervenir (contre en lecture).

C'est une technique que nous traiterons plus loin dans le chapitre. Dans tous les cas mentionnés ci-dessus, le joueur utilisera un contre défensif.

Une réflexion sur la défense basse après un contre défensif s'impose. Les contreurs ne sautent pas aussi haut que pour un contre gagnant, ils reprennent contact avec le sol plus tôt que d'habitude, cela leur permet de participer à la défense basse pour les feintes dirigées au dessus et à côté du contre. Cette stratégie s'avère intéressante face à une équipe dont l'attaque est rapide et puissante.

4.2 Contre de zone

C'est le système le plus fréquemment utilisé. Initialement il servait à contrer une attaque parallèle dans l'axe. Il correspond parfaitement au contre d'attaquants, face aux équipes qui n'utilisent pas de formations séquentielles ou en croix (X). Avec une excellente communication entre contreur. On l'utilisera

cependant pour contrer des attaques plus complexes en y apportant quelques changements mineurs.

Après avoir pratiqué pendant des années le système de la confrontation directe en homme, nous sommes arrivés à la conclusion que le contre de zone était de loin plus efficace chez les femmes et sans doute aussi chez les hommes. Dans ces systèmes de contre zone, les contreurs n'essayent pas d'envahir le camp adverse avec leurs mains.

4.3 Qualité des appuis et déplacements

La qualité des appuis et déplacements sont des facteurs très importants au volley-ball. La première peut s'articuler autour des éléments suivants :

Les pieds se placent sur la même ligne, écartés d'une largeur d'épaules ou légèrement plus. Ils sont posés à plat sur le sol, le poids du corps porté vers l'avant les doigts sont écartés et les genoux légèrement fléchis. Dans ce cas, le contreur suit attentivement les déplacements de l'attaquant adverse.

Ainsi, quand le joueur a fixé l'instant et la position de son contre, il plie franchement les genoux, ses hanches se déplacent vers l'arrière, le dos est droit. Au moment où les genoux forment pratiquement un angle droit, il s'immobilise, prêt à sauter.

Du fait des problèmes de perceptions et de temps qui sont les siens, le contreur doit avoir une attitude préparatoire consistant à maintenir les bras en position relativement élevées. Il doit cependant savoir également sauter sans leur aide. Les jambes sont relativement fléchies afin de permettre une extension parfois incomplète mais rapide principalement pour le contreur central. Celui-ci doit également garder une position d'équilibre lui permettant d'intervenir soit à droite, soit à gauche lors du premier temps, mais également lors du second temps.

L'efficacité d'un contreur est directement reliée entre autre à sa capacité de se déplacer, et les déplacements doivent être adaptés à différentes actions individuelles et collectives.

Le déplacement en pas chassé, croisé ou combiné seront donc travaillés. On verra cependant à faire attention à l'angle au niveau des genoux au moment du saut. Cet angle qui peut varier de 90 à 100° devrait aussi être travaillé avec des demi-squats et des quarts de squat lors des entraînements.

Pour éviter une faute de filet et garder un équilibre dans l'exécution du block, le joueur doit connaître les différents types d'élan avec pas gauche, pas droit et pas droit pas gauche. Cette situation arrive fréquemment après une défense ou durant la phase de transition. Encore il faut veiller à une bonne attitude des mouvements de jambe.

Maintenant en raison de la nature du jeu, il peut arriver que les contreurs utilisent le déplacement en pas latéral si la distance est court et le pas croisé ou couru en raison des accélérations des passes dans les ailes.

- Le pas latéral

Le pas latéral est une technique efficace dans la réalisation du block, il peut être utilisé lorsque le joueur n'est pas en crise de temps et sur déplacements courts. Ce déplacement s'effectue par un certain nombre de principe qui est de garder les épaules parallèles au filet, le joueur effectue son saut de contre avec un meilleur placement par rapport à l'attaquant et une meilleure stabilité dans l'intervention. Le saut est effectué sans élan. C'est la puissance des cuisses qui est la base du saut.

- Pas croisé ou couru

Le niveau de jeu au volley-ball a beaucoup évolué et place les contreurs en crise de temps. Cela s'explique par les accélérations des passes au niveau des ailes.

C'est ainsi que le pas croisé ou couru est utilisé pour intervenir dans les ailes. Il permet de courir une longue distance en un minimum de temps. La difficulté dans ce type de déplacement réside dans l'enchaînement entre la course, le blocage et la qualité de l'intervention des bras. Le principe de ce déplacement est :

- Joueur en face du filet au moment de la passe, bras en l'air semi fléchis, position dynamique des appuis, on débute le déplacement en croisant la jambe opposée, positionnement perpendiculaire au filet, les bras s'abaissent pour faciliter le déplacement et le saut, retourner en face du filet avec blocage de l'appui extérieur.
- L'impulsion est verticale avec mouvement des bras en arc de cercle qui se terminent tendus et parallèle au filet. Mais ce type de déplacement a des inconvénients à savoir
 - ✓ Emporté par son élan, le joueur dépasse la zone du contre (flotte). Dans ce cas le joueur perd en hauteur d'intervention
 - ✓ Il faut insister sur la qualité du blocage de l'appui extérieur lors du retournement et pour favoriser un placement, faire abstraction du ballon et se focaliser sur l'attaquant et au moment du saut revenir à nouveau sur la balle.

Aux jeux olympiques de Pékin les rôles des contreurs centraux et des contreurs d'ailes se différencient très nettement, entraînant des permutations.

Le contreur central devient l'élément clé du dispositif de défense. Il décide de son intervention au coup par coup après s'être informé de la succession des actions offensives. Son rôle est de fixer le contre de façon à offrir un point de repère au contreur au centre, son déplacement doit être rapide vers le contreur extérieur de façon à être placé dans l'angle de puissance de l'attaquant adverse.

- Déplacement du contreur au centre

Etant donné que le contreur au centre est le joueur qui effectue le plus de déplacement alors celui-ci se doit d'être le plus rapide possible. Pour ce faire, une séquence préétablie de pas est recommandée afin de systématiser ce déplacement ainsi augmenter l'efficacité du contre. Il existe plusieurs façons pour un contreur au centre de se déplacer. Cela varie en fonction de ses qualités physiques et morphologiques, mais principalement en fonction de la vitesse de jeu.

L'élément fondamental dans son déplacement sera donc sa capacité à se déplacer rapidement jusqu'au contreur extérieur. La vitesse d'exécution dans le volley-ball moderne, nous amène à utiliser une technique de déplacement qui favorise l'élément vitesse.

C'est ainsi qu'il est fortement recommandé de partir sur l'appui le plus éloigné à la direction du déplacement. Dans un déplacement vers le contreur en deux, le contreur au centre devra transférer le poids de son corps sur sa jambe droite de façon à bouger en premier l'appui gauche. Le premier appui « *gauche* » sera avant tout un appui de blocage ; de même s'il est placé quelque peu clairement au filet dans un but d'engagement et d'équilibre.

Par contre, lorsque le contreur au centre est appelé à sauter sur une feinte d'attaque au centre, il tombera sur une seule jambe (si c'est l'appui gauche). Ceci lui permettra d'effectuer sa phase de transfert le poids de son corps sur la jambe droite et aussi de placer son appui droit dans la direction du déplacement. Dès que le poids de son corps est rendu au dessus de la jambe droite, l'appui gauche viendra croiser l'appui droit. Par après, ce dernier viendra rejoindre l'appui gauche pour compléter la phase de blocage et amorcer le saut de contre.

Lorsque le contreur extérieur est obligé de contrer la balle près de la tige verticale, il devient encore plus important pour le contreur au centre de se déplacer rapidement.

Cependant, le simple déplacement croisé comme vu précédemment n'est pas suffisant. Le contreur au centre utilisera alors un appui de plus pour aller se déplacer à côté du contreur extérieur.

4.4 Tactiques du contre

4.4.1 Le contre individuel

Les tactiques sont conçues au plan individuel et collectif. Au plan individuel, selon le type de jeu de l'équipe attaquante, le contre favorisera la zone d'aile en deux si la majorité des attaques adverses est en quatre, en mettant au central et sur le poste deux de contre les meilleurs contreur.

Selon le type d'attaque, le contreur central cherchera à fermer les angles de l'attaquant ou à fermer une zone. Dans tous les cas, outre l'effet d'opposition, le contreur ou le block aura à chercher une zone sur laquelle il centre son contre (zone central du terrain).

Au plan collectif, la tactique collective comprend la répartition des rôles, qui permet d'envisager une opposition relative à toutes les attaques ou à des types d'attaques déterminés pour lesquelles le plan de défense entre contre et défense sera très précisément établi.

- Coordination parfaite entre trois contreurs. Cette tactique ne s'applique que lors que :
 - La réception est lointaine
 - La passe est effectuée par un autre joueur
 - Des défenseurs avec passeurs qui n'a autres choix que balle haute

- Traiter le plus proche monte à la verticale et deux autres se décale vers lui et effectuent un déplacement conjoint.

4.4.2 Tactique collective

La tactique collective, comme son nom l'indique va impliquer plusieurs joueurs. En matière de contre, c'est l'une des tactiques les plus utilisées grâce à son efficacité. Ici les contreurs tout en repérant la balle devraient être capable de garder l'attaquant dans leurs champs de vision afin de pouvoir être capable de garder l'attaquant afin de pouvoir être aussi efficace sur une passe rapide que sur une passe moyenne ou haute.

Cela va de soi que plus rapidement les contreurs peuvent déterminer la trajectoire de la passe d'attaque, plus rapidement ils peuvent porter leur attention sur l'attaquant.

En fonction de la vitesse et de la trajectoire de la passe, on utilise le pas latéral, croisé ou couru. C'est ce qui nous amène à examiner les variables suivantes :

- Contre en réaction : est né par nécessité tactique et l'option est de ne pas s'investir sur l'attaquant pour pouvoir intervenir plus efficacement sur le deuxième temps
- Le rôle du contreur
- ailier est déterminé par le type de balle rapide aussi par la zone où se trouve le passeur
- L'objectif de cette technique est d'être réactif sur des balles rapides et ralentir le ballon.
- L'objectif tactique est de mettre au moins un double contre sur le deuxième temps

- En fonction de la course d'élan et de la position de la balle, le contreur doit fixer la position du contre (ne pas flotter) et le central cherche l'homogénéité du contre. Avec sa main intérieure, il ferme le milieu du contre et sa main extérieure vient fermer la diagonale.
- Contre à trois : technique très efficace si elle est bien maîtrisée.

De par leurs pénétrations moins importantes, les femmes rencontreront quelques difficultés à contrer à trois, la tâche de la défense basse étant alors plus ardues.

Lorsqu'un des attaquants passe largement au dessus du contre, il faudra écartier la stratégie du contre à trois. De même lorsque le passeur est à l'arrière dans une formation en 5.1.

En effet, dans ce genre de situation, l'adversaire pourra volontairement diriger une attaque sur le passeur, une attaque feintée ou contactée, obligeant ainsi le joueur complet ou un autre joueur à faire la passe, en règle générale haute extérieure.

Le contre à trois peut se situer à n'importe quel emplacement du filet. Dans la mesure où les joueurs disposent d'assez de temps, le mécanisme d'assemblage du contre est relativement simple. Les contres à trois seront parfaitement coordonnés avec la défense basse au risque de créer derrière le contre des trois dont l'attaquant adverse profitera évidemment.

L'équipe au contre tiendra compte des passeurs avant adverses qui s'avèrent souvent très efficaces en attaque ou en feinte. Les contreurs ne négligeront pas non plus l'éventualité d'une attaque de l'arrière. On retiendra qu'en règle générale, les formations de contre à trois joueurs sont excessivement risquées dans la mesure où l'adversaire peut attaquer correctement de l'arrière.

- Le contre à deux

En principe une équipe opposera un contre à deux joueurs face à un attaquant. Ce contre à deux se met en place tout au long du filet. Que l'attaque arrive à gauche ou à droite, le contreur central rejoindra l'un des contreurs extérieurs.

Dans ce cas, le contreur extérieur est responsable de la position du contre tandis que le contreur central vient fermer. Si le contre se forme au centre du terrain les rôles sont alors inversés.

Maintenant, sur des échanges très rapides, le contreur central sera parfois en retard. C'est dans le cas du contreur extérieur le plus proche de l'attaquant adverse.

Quelque soit la situation de contre, les deux joueurs d'un contre à deux sauteront verticalement en évitant tous mouvements latéraux.

- Le contre à trois

Comme l'attaque a pris le dessus sur la défense, les hommes devraient s'efforcer de contrer à trois le plus souvent possible pour maintenir l'équilibre entre l'attaque et la défense.

Les femmes en revanche utiliseront cette stratégie pour surprendre l'adversaire. Le contre à trois oblige la défense basse à couvrir une surface bien plus étendue. Au lieu de deux contreurs et quatre défenseurs habituels, on aura trois contreurs et seulement trois défenseurs pour rattraper les feintes, les attaques contrôlées, balles touchées au centre et attaque puissante.

Maintenant quelques soient les choix adoptés, le contre est amené à faire la pression sur l'attaquant par une présence près du ballon pour lui limiter les angles d'attaques.

4.4.3 Tactique du contre en lecture

Le principe de base de cette stratégie est de lire avant de réagir. Il n'ya donc pas de mouvement du contreur tant que le ballon n'a pas quitté les mains du passeur.

Ainsi quelque soit la formation d'attaque de l'adversaire les contreurs n'effectueront pas d'ajustements majeurs. De ce fait, dès que la passe est faite, ils réagiront rapidement en sautant ou en se déplaçant latéralement avant de sauter.

L'objectif de cette tactique étant de contrer de manière défensive sur les attaques rapides et de contrer à deux sur les balles plus lentes. Pour optimiser le succès de cette tactique de contre, les contreurs observeront le passeur à l'affût d'indices. En vision périphérique ils surveilleront en même temps les déplacements des attaquants et selon ces déplacements, ils pourront s'ajuster latéralement à droite ou à gauche.

Lorsqu'un attaquant rapide saute sur une passe en temps un, le contreur qui se trouve en face de lui doit lever les bras. Si la passe est bien destinée à cet attaquant, le contreur prendra son appel dans le saut de l'attaquant. Si la balle prend une direction différente, le contreur se déplacera dans cette direction.

Cette élévation peut suffire pour contrer de manière défensive une attaque rapide adverse relativement basse. Cette tactique de lecture de l'attaque adverse par le contre sera intéressante face à des équipes qui attaquent essentiellement de l'extérieur et, ou face à celles qui jouent au centre sur des balles rapides relativement lentes.

Les équipes qui ont un contreur central grand, expérimenté avec une relative intelligence du système d'attaque adverse utiliseront également ce système de contre.

4.4.4 La tactique de contre en engagement

Cette seconde stratégie d'intervention au contre est à l'opposé de la première, dans le sens qu'on va demander au contreur au centre de toujours sauter avant que la passe soit effectuée, amenant celui-ci à se commettre.

Ici l'objectif essentiel de cette tactique de contre est d'arrêter l'attaque rapide adverse en sautant avec l'attaquant avant même que la passe ait été lâchée. Le contreur qui se trouve en face de l'attaquant rapide saute en même temps que lui, les deux autres viendront l'aider si l'attaquant rapide est réellement servi.

Nous exposerons quatre méthodes permettant de rendre cette tactique moins vulnérable spécialement face aux attaques séquentielles et aux attaques en croix.

a. La méthode de contre option

Ce système fut élaboré vers les années 1979 – 80 par Jim Cleman pour l'équipe masculine des U.S.A dont il était alors entraîneur. Pour ce contre à option, l'équipe au contre engagera un joueur sur une certaine catégorie de passes potentielles.

b. La méthode de glissements

L'objectif essentiel de cette méthode est d'obtenir au moins une situation de un contre un sur des attaques en croix (X), tout en permettant à chaque contreur de rester dans sa zone de responsabilité. C'est une méthode qui repose sur une bonne communication entre les contreurs.

Si les attaquants viennent attaquer dans la zone couverte par chacun des contreurs, tout fonctionnera parfaitement et l'on pourra respecter les principes fondamentaux d'engagement au contre.

En revanche, sur une croix ou une fausse croix, l'attaquant changera de zone d'attaque tandis qu'un autre attaquant se trouve sans contreur. La méthode des glissements se prête volontiers à une tactique de contre « en lecture ».

c. Le double saut

Ici, pour contrer même avec la meilleure des méthodes de contre en glissement, il peut arriver qu'un attaquant échappe au contre. Pour parer à cette éventualité, le contreur qui saute avec l'attaquant rapide pourra utiliser le double saut. Le saut du contreur sera alors très bas et précédera le saut de l'attaquant. Si la passe est destinée à un autre attaquant, il aura ainsi le temps de rejoindre l'autre contreur.

Cette avance sur l'attaquant conjuguée à un saut relativement bas devrait permettre au contreur de rejoindre son co-équipier pour contrer une passe rapide aux aides ou une attaque cachée sur des jeux en choix.

En outre, ce saut prématuré peut inciter le passeur à donner la balle à l'attaquant caché ou extérieur plutôt qu'à l'attaquant rapide.

Préparée par tous les contreurs avec une défense basse prête à défendre sur l'attaquant extérieur ou l'attaquant caché, c'est une méthode qui se révèle tactiquement intéressante.

d. La méthode de surcharge

Comme son nom l'indique, l'objectif de cette méthode est de surcharger une zone de contre particulière avec deux contreurs pour un attaquant.

Face à une équipe qui joue en 5.1 sans attaquant arrière, c'est une méthode efficace. Quand le passeur adverse est à l'avant avec deux attaquants avant pour une formation de réception de service écartée, l'équipe au contre peut surcharger soit à droite soit à gauche. Dans ce cas, les deux contreurs se mobiliseront sur un attaquant tandis qu'un troisième se chargera du deuxième attaquant.

Cette organisation en surcharge viendra éventuellement compléter une tactique de contre en lecture. Il importe de mettre en place des ajustements au contre le plus tard possible, pendant la réception ou la défense adverses afin de ne pas révéler les intentions de contre au passeur.

Chapitre II :

Méthodologie

1. Observation

« *L'observation est un processus permettant d'établir les caractéristiques essentielles d'un niveau de jeu donné* » (5). Il sera question ici de parler de notre population d'étude, de dresser notre outil de travail, d'expliquer la manière de recueillir les données, afin d'évoquer les limites de la procédure.

1.1 Population à observer

Ce sont des équipes de Dakar qui évoluent dans le championnat national. Ce choix se justifie dans la mesure où ce championnat est le seul qui se déroule de manière régulière et représente le plus haut niveau de pratique de volleyball au Sénégal. L'observation porte sur cinq (5) équipes dont (D.U.C, CSE, Diaton, ASFA et Ngor. Sur les cinq (5) équipes, seule l'équipe de Ngor est d'un niveau inférieur.

1.2 L'instrument de mesure

Nous avons opté pour l'observation écrite qui consiste à enregistrer sur fiche la réalité immédiate du jeu par le biais d'un des multiples types d'échelles d'appréciation appelé « *échelle descriptive numérique* »

1.3 Construction de l'échelle d'appréciation

Etant donné que nous avons retenu d'observer uniquement les actions de défense haute, cette échelle a été construite en vue du recueil des données.

Cette échelle est présentée en annexe et est accompagnée de notes explicatives pour une meilleure compréhension. Les considérations fondamentales qui ont guidé la délicate tâche relative à la construction de l'échelle se traduisent, pour les actions de défense haute, par cinq situations possibles.

- Contre gagnant (0)
- Adversaire ne peut pas contre attaquer (1)

- La balle revient dans le camp de l'attaquant et peut être réattaquée (2)
- Contre perdant (bloc – out ...), faute de filet (3)
- Contre touche la balle et gêne la défense (4)

Nous pensons ainsi fournir la majorité des paramètres susceptibles de nous aider pour la réalisation d'un bon travail.

1.4 Validité et fidélité de l'échelle de mesure

Après la phase de construction de l'échelle d'appréciation, nous avons directement procédé à sa validation. Pour ce faire, nous avons consulté un certain nombre de personnes jugées crédibles en matière de volley-ball.

L'observation des matchs s'est faite avec la collaboration des camarades optionnaires de volley-ball. Chaque équipe a été suivie par deux optionnaires de volley-ball et pour vérifier la fidélité, nous avons jugé nécessaire d'observer au même moment et avec les mêmes grilles l'équipe de la CSE.

Soulignons que l'observation s'est faite sans consultation inter – observateurs. Il suffit ensuite après la collecte des informations, de calculer le coefficient de fidélité (corrélation) entre les deux séries de données. Rappelons qu'une mesure est dite fidèle lorsqu'elle est raisonnablement exempte d'erreur. Les résultats de l'observation sont les suivants :

Observation	Observateur N° 1 x	Observateur N° 2 y	XY	X ²	Y ²
0	26	26	676	676	676
1	06	10	60	36	100
2	09	08	72	81	64
3	14	13	182	196	169
4	02	03	06	04	09
Total	$\sum x = 57$	$\sum y = 60$	$\sum xy = 996$	$\sum x^2 = 993$	$\sum y^2 = 1018$

$$G_{xy} = \frac{(4 \times 996 - (57 \times 60))}{4 \times 3} = \frac{3984 - 3420}{12} = \frac{564}{12} = 47$$

$$S^2 X^2 = \frac{(4 \times 993) - (57)^2}{4 \times 3} = \frac{4072 - 3600}{12} = \frac{723}{12} = 60,250$$

$$S^2 Y = \frac{(4 \times 1018) - (60)^2}{4 \times 3} = \frac{4072 - 3600}{12} = \frac{472}{12} = 39,333$$

$$R_{XY} = \frac{S_{XY}}{\sqrt{S^2 x \cdot S^2 y}} = \frac{47}{\sqrt{60,25 \times 39,333}} = \frac{47}{\sqrt{2369,813}} = \frac{47}{48,680}$$

$$r = 0,965$$

Le seuil de signification de r pour p = 0,5 est de 0,878 avec un degré de liberté égal à 3, donc r trouvé est significatif car 0,965 > 0,878.

Conclusion : il existe une fidélité inter – observateur qui permet de dire que l'instrument de mesure est fiable.

2. Définition du contre

C'est un mouvement offensif, il n'est pas compté parmi les trois touches autorisées. A contrario, il est compté comme une touche de balle en beach-volley. Son objectif est d'empêcher le ballon de passer dans son camp tout en faisant tomber le ballon dans le terrain adverse.

Dans certaines options tactiques, il peut être « défensif » afin de conserver le ballon dans son camp en facilitant le jeu des défenseurs pour enchaîner sur une phase d'attaque. Lorsqu'un joueur fait un contre et que le ballon retombe dans les un mètre derrière le filet, chez l'adversaire, ce contre est alors appelé une « équerre ». Le libéro ne peut ni contrer ni effectuer une tentative de contre (c'est-à-dire sauter lors d'un contre seul ou à plusieurs sans intention réelle de contre). Un joueur arrière ne peut pas contrer ou participer à un contre effectif. Enfin, un service ne peut être contré. Avant le Rallye Point Système (RPS), le contre était déterminant pour marquer un point, même si l'offensive à pris le dessus sur le défensif, le contre demeure déterminant. Sur une bonne pression sur l'attaquant, la défense arrière aura du mal à développer son potentiel. Les facteurs déterminants pour la réalisation de la performance au contre :

- ❖ Taille
- ❖ Hauteur d'atteinte, détente
- ❖ Bonne technique de franchissement
- ❖ L'observation
- ❖ La qualité de déplacement

3. Recueil des données

L'observation n'exigeait pas beaucoup de matériel. Une fiche préétablie contenant le nom de l'équipe et l'échelle d'appréciation accompagnée de notes explicatives, ainsi qu'un crayon suffisaient largement pour réaliser la tâche.

Nous avons aussi pris la précaution de mentionner sur la fiche différentes chiffrés (0, 1, 2, 3 ...) correspondants aux différentes techniques utilisées lors de la réalisation du contre.

Nous précisons que l'observation porte sur toute la durée de la rencontre et qu'elle n'est pas de ce fait segmentaire.

Le lieu de l'observation reste le haut des tribunes qui permet une meilleure perception (vue d'ensemble) des situations de jeu.

4. Limite de l'étude

Il s'agit ici de faire part des difficultés que nous avons rencontrées tout au long de notre étude. Nous évoquerons un problème spécifique au volleyball où le jeu se fait tout en déviation. Aussi, il arrivait que plusieurs actions de contre se produisent dans un délai relativement court et que nous ne parvenions pas à nous les rappeler toutes. Il pourrait s'agir de même d'une fatigue due à l'observation successive de deux rencontres ou d'un manque de concentration occasionnée par les bruits des spectateurs qui font que certaines informations échappent à notre vigilance. Mais aussi nous rappelons que certains matchs sont observés sur vidéos. Sur ce, Wallon disait que « *l'observation n'est pas décalque complet et exact de la réalité*⁶ » ce qui signifie, en d'autres termes, que l'observation découle de la réalité mais ne la traduit pas fidèlement.

⁶Mémoire de M. SEYE citant M. Mama Sow, citant WALLON « cours de football 4^e année.

Chapitre III :

Présentation, analyse et interprétation

Tableau des matchs observés lors du championnat national masculin des équipes de Dakar

Premières rencontres

Tableau N°1 : DUC ≠ DIATOO

Diatoo

Valeur de l'échelle	Nombre de (0-1-2-3-4)	0%
0	17	20,84
1	9	10,84
2	16	19,28
3	30	36,15
4	11	13,25
Total	83	100

DUC

Valeur de l'échelle	Nombre de (0-1-2-3-4)	0%
0	19	25,68
1	10	13,51
2	7	9,46
3	24	32,43
4	14	18,92
Total	74	100

Moyenne = $83/5 = 16,6$

Moyenne = $74/5 = 14,8$

Analyse et interprétations

En nous appuyant sur le tableau 1, on note que les moyennes varient entre 14,8 et 16,6 avec 15,7 pour l'ensemble du match.

La lecture de ce tableau nous montre des pourcentages de balles perdues lors du contre variant entre 32,43 et 56,15 avec un pourcentage de 34,29 pour l'ensemble du match. Ensuite ce tableau indique que le D.U.C, malgré en fébrilité de sa défense, a su compenser cela en attaque et au contre où elle était plus tranchante. En défense, les deux équipes sont presque à égalité. Donc la différence s'est faite au sein de l'attaque et du contre.

En outre le pourcentage de contre manqués au niveau de l'équipe de Diaton est élevé ce qui explique sa défaite. Dans cette rencontre, par rapport aux

différentes lectures de ces tableaux, nous constatons une fois de plus la suprématie de l'attaque sur la défense.

Tableau N°2 : ASFA ≠ CSE

ASFA

Valeurs de l'échelle	Nombre de (0-1-2-3-4)	%
0	16	25,8
1	10	16,13
2	3	4,84
3	20	32,26
4	13	20,97
Total	62	100

Moyenne = $62/5 = 12,4$

CSE

Valeurs de l'échelle	Nombre de (0-1-2-3-4)	%
0	11	17,46
1	15	23,81
2	3	4,76
3	18	28,57
4	16	25,4
Total	63	100

Moyenne = $63/5 = 12,6$

Analyse et interprétation

Le tableau 2 nous renseigne que les moyennes varient entre 12,4 et 12,6 avec 12,5 pour l'ensemble du match.

Nous constatons à travers la lecture que c'est que c'est le tableau qui présente la moyenne du match la plus faible par rapport aux autres matchs sur l'ensemble des premières rencontres.

Au niveau de cette rencontre la CSE a été largement dominée par l'ASFA, ce qui nous a permis de voir beaucoup de séquences de jeu intéressantes. Le rapport de force a plutôt penché en faveur de l'ASFA

Tableau N°3 : Ngor ≠ Ziguinchor

Ngor

Valeurs de l'échelle	Nombre de (0-1-2-3-4)	%
0	09	10,98
1	13	15,85
2	13	15,85
3	30	36,59
4	17	20,73
Total	82	100

Moyenne = $82/5 = 16,4$

Analyse et interprétation

Le tableau 3 représente les données de l'équipe de Ngor. L'analyse de celui-ci permet de savoir que c'est le tableau qui a le pourcentage de contre gagnant le plus faible.

Nous rappelons que les deux équipes sont d'un niveau inférieur par rapport aux autres équipes. Mais l'équipe de Ziguinchor n'a pas été observée parce qu'elle ne fait pas parti de notre étude. Ce qui explique d'une manière ou d'une autre ce faible pourcentage. Malgré leur niveau inférieur, la situation de force s'est constatée du côté de l'Olympique de Ngor. Ce qui explique sa victoire. Le pourcentage de contre pendant est trop élevé (36,59) malgré sa victoire. D'ailleurs le score même le montre (3-2) que ce sont des équipes qui font trop de faute dans le déroulement du contre.

Tableau N°4

Tableau récapitulatif de l'ensemble des moyennes des premières rencontres

Tableau	N°1		N°2		N°3	Total
Moyennes	16,6	14,8	12,4	12,6	16,4	72,8

Moyenne de l'ensemble des premières rencontres

$$\text{Moyenne} : \frac{72,8}{5} = 14,56$$

Analyse et interprétation

Nous remarquons à travers le tableau 4 qui représente le récapitulatif des moyennes des premières rencontres qui varient entre 12,4 et 16,56 pour la moyenne de l'ensemble des premières rencontres.

Nos observations nous ont montré les insuffisances de certains joueurs concernant le dispositif de la circulation tactique du contre. Des équipes comme Ngor et Diaton, de par leur manque de circulation offensive, ont facilité l'efficacité du contre adverse. Les bloqueurs adverses parvenaient à lire sans trop de difficulté l'organisation offensive. C'est ce qui explique que ces équipes sont souvent prises en défaut.

Tableau N°5 : CSE ≠ Ziguinchor

Deuxième rencontres

Valeurs de l'échelle	Nombre de (0-1-2-3-4)	%
0	26	45,61
1	6	10,53
2	9	15,79
3	14	24,56
4	2	3,51
Total	57	100

$$\text{Moyenne} = 57/5 = 11,4$$

Rencontre : D.U.C ≠ U.G.B Score= 3-0

Valeurs de l'échelle	Nombre de (0-1-2-3-4)	%
0	14	27,47
1	6	11,76
2	5	9,8
3	17	33,33
4	9	17,64
Total	51	100

$$\text{Moyenne} = 51/5 = 10,2$$

Analyse et interprétation

En nous référant sur le tableau 5, on note un pourcentage très élevé de contre gagnant du côté de la CSE avec 45,61 pour toute la rencontre.

L'équipe de la CSE a montré une très grande capacité de réaction à chaque fois qu'elle est menée au score.

Tableau 6 : ASFA ≠ NGOR

Score : 3 – 0

ASFA		
Valeurs de l'échelle	Nombre de (0-1-2-3-4)	%
0	13	28,27
1	9	19,56
2	3	6,52
3	14	30,44
4	7	15,21
Total	46	100

Moyenne = 46/5 = 9,2

NGOR		
Valeurs de l'échelle	Nombre de (0-1-2-3-4)	%
0	6	10,91
1	6	10,91
2	12	21,82
3	19	34,54
4	12	21,82
Total	55	100

Moyenne = 55/5 = 11

Analyse et interprétation

En nous basant sur le tableau 6, on note que les moyennes varient entre 9,2 et 11 avec 10,1 pour l'ensemble du match.

La lecture de ce tableau laisse apparaître un faible pourcentage de contre gagnant du côté de Ngor et de nombreuses fautes constatées lors de l'exécution du contre. Ce qui est à l'origine de la lourde défaite.

Tableau 7 : Diaton ≠ SLVB Score : 3-2

Diatoo

Valeurs de l'échelle	Nombre de (0-1-2-3-4)	%
0	22	33,85
1	06	9,23
2	04	6,15
3	18	27,69
4	15	23,08
Total	65	100

$$\text{Moyenne : } \frac{65}{5} = 13$$

Analyse et interprétation

Le tableau 7 montre que l'équipe du Diaton c'est imposée sur SLVB avec son fort pourcentage de contre gagnant qui est de 33,85 pour l'ensemble du match.

Cette rencontre, à travers nos observations, nous a montré beaucoup d'insuffisances au niveau de la circulation tactique du côté des deux équipes. Ce qui explique le score de 3-2. Mais le Diatoo malgré ses insuffisances a su compensé cela au niveau du contre et de l'attaque.

Tableau 8

Tableau récapitulatif des moyennes des 2emes rencontre

tableau	N°5		N°6		N°7	Total
moyenne	11,4	10,2	9,2	11	13	54,8

$$\text{Moyenne} = \frac{54,8}{5} = 10,96$$

Analyse et interprétation

Le tableau 8 représente le récapitulatif de l'ensemble des moyennes des deuxièmes rencontres. Ces moyennes varient entre 9,2 et 13 avec 10,96 pour la moyenne de l'ensemble des deuxièmes rencontres.

Nos lectures, à travers ces différents tableaux nous ont donc permis de constater la fébrilité des équipes en situation de contre. La maîtrise technique est souvent imparfaite, ce qui est un handicap pour une bonne réalisation du contre.

Tout ceci explique le pourcentage élevé de contre perdant dans pratiquement tous les tableaux. Tous ces résultats nous ont donc permis de découvrir trois grands facteurs qui influencent le bon déroulement du contre.

Synthèse des résultats

Au sortir de nos analyses nous avons pu retenir trois facteurs qui influencent le contre : la qualité et la quantité du contre, la circulation tactique et l'état psychologique du joueur au contre.

1. La qualité et la quantité du contre

A ce niveau, notre but était de nous pencher sur l'exécution du contre. Nous allons essayer de déceler la qualité et la quantité de ce secteur pendant les matchs.

Les premières rencontres nous ont révélé pleines de satisfactions au niveau de deux aspects. Malgré le score 3-1 en faveur du D.U.C contre Diaton nous pouvons noter des choses intéressantes au sein de la qualité, surtout au niveau de l'attaque. Au contre, on a retrouvé plein de lacunes qui s'expliquent l'insuffisance technique. Mais aussi par la négligence ou l'entraînement mal adapté de ce secteur. Tous ces facteurs viennent influencer la qualité du contre.

Au niveau de la quantité, nous avons plus vu cet aspect au niveau de la rencontre opposant l'ASFA et la CSE. On a vu de très belles oppositions entre l'attaque et le contre. Durant les quatre sets on n'a noté plusieurs fois la suprématie de l'attaque sur la défense.

Enfin, la lecture de ces stratégies nous a montré un élément essentiel de la défense haute. Il faut souligner que la notion d'anticipation est primordiale pour l'exécution du contre dans la mesure où, étant donné que l'attaquant a beaucoup plus d'avantage par rapport au contreur, donc il est évident que les contreurs anticipent pour pouvoir être à temps sur l'attaquant. Malheureusement, le travail d'anticipation est souvent négligé, ce qui ne fait que compliquer davantage la tâche des joueurs.

Cette partie nous aura aidé à prendre conscience du fait que la qualité et la quantité de l'entraînement au contre des joueurs qui évoluent dans le championnat, laisse sérieusement à désirer et que là aussi il faudrait trouver les moyens d'y remédier

2. L'Etat psychologique des joueurs dans l'exécution du contre

Lors des cinq (5) rencontres observées, nous avons noté des problèmes de volonté, de confiance en soi, de concentration et de détermination. Cela à des répercussions sur leur rendement au niveau du contre.

Nous avons noté un sentiment d'impuissance et une mauvaise prise d'information surtout du côté de l'Olympique de Ngor. Dans le volley-ball moderne où nous assistons à un jeu accéléré et les multitudes de combinaisons, ce qui laisse très peu de chance à la réflexion. Les hésitations entraînent des conséquences fâcheuses.

Par contre, nous avons pu noter de belles séquences de concentration, de motivation et de confiance en soi dans des équipes comme le D.U.C, la CSE et l'ASFA. On a aussi vu des joueurs retirer leurs mains au contre par peur de se blesser.

L'autre grand problème, c'est le pairage entre les joueurs c'est-à-dire certaines équipes comme le Diaton et le D.U.C où nous avons pu noter des incompatibilités dû au fait que l'un des joueurs est trop actif alors que l'autre est mollaçon. Cela ne manquerait pas d'avoir des répercussions sur l'efficacité du contre.

3. Circulation tactique des joueurs au contre

« *La défense demande de grande qualité de perception et une attitude positive à la contre attaque. Des réactions rapides, l'habileté à jouer la balle et des décisions rapides sont également des facteurs de succès* » (7). Nous mettons l'accent sur la circulation tactique des joueurs au contre en cherchant à faire évoluer leur niveau de connaissance en ce qui concerne le déplacement initial et celui qui se fait en fonction de la nature de la passe adverse.

Aussi il est nécessaire d'insister sur l'importance des dispositifs d'organisations au contre sans lesquels le pourcentage de contre perdant continuera d'être élevé comme nous avons pu le constater lors de nos observations. A ce niveau, il serait erroné de laisser en rade la défense basse qui en réalité va de paire avec les actions de contre. Le déplacement des joueurs de la ligne arrière est directement dicté par le contre qui est censé délimiter une zone d'ombre dans laquelle le ballon ne doit théoriquement pas tomber et à partir de là, les joueurs peuvent s'organiser pour une bonne couverture du terrain, en prenant le maximum d'informations qui font appel à la tactique individuelle.

De manière général, nous avons constaté ces aspects lors des matchs D.U.C / DIATOO et CSE / ASFA. L'équipe du D.U.C quant à elle, s'est beaucoup illustrée sur des balles rapides à l'aile et sur des combinaisons d'attaque. C'est une équipe qui combine fréquemment et parvient très souvent à prendre à défaut les équipes adverses.

Chapitre IV :

Discussions et propositions

Nous réservons ce chapitre à la discussion des différents facteurs que nous avons étudiés en nous aidant plus particulièrement sur les résultats de nos observations. Par la suite nous essayerons de faire des propositions concrètes qui auront pour but d'aider les entraîneurs à revoir certains aspects dans leurs méthodes d'entraînement qui le plus souvent laissent apparaître des insuffisances fondamentales pour une bonne pratique du volley-ball.

Discussion

Le volley-ball est un sport où les actions sont vives et intenses. Sur ce, nous dirons tout d'abord que le rapport entre l'attaque et la défense se manifeste par une organisation objective, car nous nous retrouvons devant des situations d'urgence, où le temps de la réflexion nous mène à la déroute. Que cela soit en défense ou en attaque, l'organisation doit se faire par rapport à la situation que l'on trouve devant nous. Nos observations nous ont montré une certaine insuffisance dans la pratique du volley-ball au Sénégal surtout au niveau du contre qui nous intéresse réellement.

Au contre : contrer une balle puissante, un lob, une balle rapide et enfin une balle tendue à l'aile. Ces situations nécessitent aussi des réactions, ou des mouvements d'urgences dont les principaux sont :

- La lecture de la passe
- L'anticipation
- La course d'élan de l'attaque
- La nature de la réception
- L'orientation du bras de l'attaquant

Ce sont là des éclaircissements pour un bon accomplissement du geste de contre au volley-ball.

La qualité et la quantité du contre dans les matchs qu'on n'a eu à observer constituent un des problèmes pendant les rencontres. Cela s'explique par une mauvaise prise d'information par rapport à la tendance du passeur et aussi par la qualité du service qui permet à l'équipe adverse d'avoir beaucoup plus de possibilités offensives. Nous avons notés lors de nos observations que l'équipe du D.U.C à beaucoup misé sur des combinaisons. Ce qui explique qu'elle arrive toujours à prendre à défaut les autres équipes.

Par contre nous avons vu cet aspect au niveau de la rencontre CSE/NGOR où nous avons assisté à une très belle série de qualité de service.

La qualité, c'est un ensemble qui part de la réception de service à la passe en terminant par l'attaque. C'est ce circuit qui faisait défaut le plus souvent. Que cela soit au contre où en défense, l'anticipation et la lecture de jeu sont primordiales.

Le côté quantitatif aussi ne se faisait pas trop sentir pendant les matchs parce que le circuit qualitatif ne se répétait pas souvent, ceci étant particulièrement déterminant au niveau de l'exécution d'un contre efficace.

Si nos équipes veulent parvenir à un niveau de performance satisfaisant, il faudrait qu'elles puissent augmenter la qualité et la quantité d'entraînement tout en veillant à favoriser un bon équilibre entre les exercices spécifiques du contre et ceux de la réception. Le deuxième fait noté lors de ces rencontres, est la circulation tactique des joueurs au contre.

Nous avons eu de belles séquences de circulation du côté de l'équipe de la CSE du fait de leur qualité de service qui déséquilibrait l'offensive adverse. Le D.U.C était l'équipe qui nous montrait le mieux une bonne circulation. Nous avons aussi noté des équipes qui ont effectué un jeu simple et statique comme le Diatoo et Olympique de Ngor, ce qui a souvent expliqué leurs déroutes, et le volley-ball nécessite beaucoup de déplacements.

A l'entraînement, l'accent doit être mis sur l'aspect tactique dans la circulation des joueurs surtout dans la relation entre le contre et la défense arrière. Nous avons pu noter lors des rencontres que beaucoup de balles touchant le contre ont pu tomber du côté de l'équipe du D.U.C qui a montré sa fébrilité dans la relation contre-défense.

Par contre, on a noté que CSE a beaucoup ramassé des balles ricochant du contre.

Il est primordial pour chaque joueur au contre de s'informer sur la trajectoire de la passe, sur la nature de la réception, sur la course d'élan de l'attaque, sur ses habitudes si possible, son genre d'attaque et les directions de ces attaques. De telles informations permettent de créer les meilleures conditions de contre et aussi de pouvoir contrer en surpassement si l'équipe adverse joue des attaques en croix ou sur combinaisons.

Ces facteurs constatés expliquent cette déficience de la mobilité, le défaut d'anticipation et le mauvais placement du contre face aux attaquants.

Tous les joueurs doivent se comprendre c'est-à-dire que c'est toute une organisation interdépendante où la petite faille peut coûter chère à une équipe.

Nous arrivons ainsi à notre dernier facteur qui concerne l'Etat psychologie des joueurs au contre.

Lors des 5 rencontres observées, nous avons noté des problèmes de volonté, de confiance en soi, de concentration et de détermination. Cela à des répercussions sur leur rendement au niveau du contre qui nous intéresse plus particulièrement.

La moitié des joueurs observés montre une certaine crainte à entrer en contacte avec le ballon au moment du contre. Cet état d'esprit ne peut que porter

préjudice aux joueurs quand on sait que le volley-ball est un sport où il n'est pas permis de bloquer la balle, ce qui réduit au minimum les temps de réflexion.

C'est ainsi qu'un joueur qui doit contrôler ses émotions et ses réactions durant la compétition, ne peut qu'être handicapé par le fait d'être saisi de peur lors d'une action de contre qui l'obligerait à entrer en contact avec le ballon au moment de l'attaque. On constate d'ailleurs que dans la majeure partie de ces actions le joueur préfère laisser la balle plutôt que risquer de se blesser en tentant de contrer.

Il convient quand même de préciser que certains joueurs ont un désir réel de bien faire mais ils sont souvent battus devant la difficulté de la tâche. Tout ce qui peut se justifier par un entraînement inadapté aux conditions de jeu. Le plus important pour le joueur qui contre c'est de savoir lire les tendances du passeur et de l'attaquant et aussi il faut être psychologiquement prêt pour pouvoir intervenir efficacement au contre.

Ainsi, l'entraîneur doit préparer psychologiquement ses joueurs à intégrer ces facteurs dans leurs têtes et à les adapter au jeu pendant les entraînements.

A la lumière de ces commentaires concernant l'ensemble des facteurs qui composent notre étude, nous allons à présent essayer de proposer des solutions que nous jugeons adéquates pour un meilleur rendement et une belle opposition entre l'attaque et le contre pendant les matchs de volley-ball dans le championnat sénégalais.

Propositions

Notre étude spécifique qui a fait ressortir trois (3) facteurs influençant la qualité du contre, nous amène à présent à faire des propositions pour une meilleure exécution du contre

Proposition 1

Nous préconisons que les entraîneurs mettent l'accent pendant les séances d'entraînement sur les qualités techniques et tactiques, surtout sur l'adaptation individuelle et collective qui est sans aucun doute la plus importante. Cette adaptation basée sur une prise d'informations pertinentes chez l'adversaire, devient prioritaire pour une intervention efficace du contreur.

L'entraîneur doit beaucoup insister sur le contre et son complément la défense. Parce que comme on dit au volley-ball : tout le monde sait attaquer. Donc l'équipe qui défend mieux prend le dessus. Il faut aussi multiplier à l'entraînement ces situations dans le jeu. Celles-ci doivent se respecter pour permettre aux joueurs d'avoir un rythme acceptable par rapport au championnat.

Proposition 2

Tout d'abord, nous pensons que les entraîneurs doivent avoir des connaissances dans les sciences connexes (psychologie, sociologie etc.). Parce que mentalement, ils doivent connaître leurs joueurs et doivent être capables de les motiver.

L'entraîneur doit exiger à ce que chaque joueur ait une fiche technique, savoir dans quel quartier habitent ses joueurs et aussi savoir leurs conditions de vie.

De ce fait il peut les pousser vers des situations extrêmes. Vers le dépassement de la douleur et vers la confiance en soi. Et cela se travaille lors des séances d'entraînements.

La prise en main de l'équipe depuis les entraînements, pendant le match et même après est très importantes, en passant par la gestion du groupe et celle de chaque joueur. Ainsi à l'entraînement il doit tout faire pour mettre en dualité ses joueurs et les mettre dans des situations de compétitions.

Enfin, il faut qu'il insiste sur les risques au service pour pouvoir déstabiliser l'offensive adverse.

Proposition 3

En ce qui concerne la circulation tactique qui représente l'un des atouts majeurs dans l'exécution du contre. L'entraîneur doit travailler de telle sorte qu'il y' ait une parfaite harmonie entre le contre et la défense arrière.

Enfin, nous aimerions que l'entraîneur insiste sur la prise d'information par rapport aux tendances du passeur. Car le contreur tout en repérant la balle devrait être capable de garder l'attaquant dans son champ de vision afin de pouvoir être aussi efficace sur une passe rapide que sur une passe moyenne ou haute. Il va de soi que plus rapidement le contreur peut déterminer la trajectoire de la passe d'attaque, plus rapidement il peut porter son attention sur l'attaquant.

Conclusion

L'objectif de notre étude était d'étudier les facteurs influençant la qualité du contre des joueurs de volley – Ball du Sénégal. Pour ce faire, nous avons choisi comme unité de mesure l'observation des matchs proposés dans le championnat de première division de Dakar. En somme, il s'agissait pour nous d'analyser ces facteurs qui influent aussi sur la qualité du rapport de force entre l'attaque et la défense.

Les raisons qui nous avaient poussés à faire un travail sur ce thème sont : la prédominance de l'attaque par rapport à la défense ; cela est lié au faible niveau de défense des équipes, par le manque de maîtrise technique du contre qui est aussi à l'origine de nombreuses fautes de filet des joueurs.

Après ce bref résumé, nous pouvons dire que cette étude nous a édifiés sur un certain nombre de faits que nous avons vu de manière subjective, à savoir le niveau de jeu des équipes évoluant dans le championnat est très moyen. Ce qui explique la supériorité de l'attaque dans les rapports de force. Nous avons aussi beaucoup noté de failles dans l'organisation défensive des équipes. Cela est aussi lié à la nature de nos terrains tel que démontré par M. SEYE dans son mémoire de maîtrise (1989).

En effet, notre étude a permis de déterminer trois (3) facteurs qui influencent le bon déroulement du contre, à savoir la qualité et le volume d'entraînement que nous jugeons d'ailleurs insuffisants, un état psychologique chez les joueurs qui est le facteur le plus important et en fin un grand problème de circulation et de placement des joueurs en situation de contre et ou en défense.

Cette énumération indique clairement qu'il serait bon pour nos équipes d'attacher une grande importance à certains aspects du jeu ; à savoir le service,

le contre et la défense qui sont les fondamentaux les plus importants pour parvenir à un jeu beaucoup plus équilibré techniquement et tactiquement.

Puisse cette ébauche de recherche contribuer en partie à la connaissance des nouvelles règles sur les comportements techniques et tactiques du volley balle sénégalais et favoriser une nouvelle mentalité.

En outre, offrir à tous les pratiquants et encadreur de cette discipline les motivations nécessaires et suffisantes pour une pratique de masse mais aussi une pratique d'élite du volley-ball. Il est évident qu'en comblant le fossé entre l'attaque et la défense que l'on tendra vers un volley-ball beaucoup plus attrayant tel que préconisé par la FIVB à travers le slogan « *Keep the ball flying* »

Bibliographie

1. BERJAUD. P, Le contre stage niveau IV, Montréal : FVBQ. 1981
2. Cahier de l'entraîneur I (FVBQ), publié par l'association de volley-ball, 1976.
3. Cours tronc commun 3^{ème} année, dispensé par M. SEYE, INSEPS 2008-2009
4. DUGRAND Marcel « Libres propos sur le football » bordeaux, Du Grand, 1973
5. Mémoire de SEYE Amadou Anna, « Etude systématique des facteurs influençant la qualité de la défense basse au volley-ball », 1989
6. RIVET .D, Révision des savoirs faire moniteurs : le contre stage Niveau III. Montréal, 1980.
7. SELINGER. A, Power volley-ball, éd : 23 rue de l'Ecole de Médecine -75006 Paris en 1992. P. 187 – 206
8. World league 2007.

Sites consultés

w.w.w.fivb.com

ANNEXES

Tableau : Action de contre

Rencontre : Score :

.....

Lieu : Nom de l'observateur :

Valeur de l'échelle	1 ^{er} Set	2 ^{ème} Set	3 ^{ème} Set	4 ^{ème} Set	5 ^{ème} Set
0					
1					
2					
3					
4					
Total					

Légende : 0 - Contre gagnant

1 - Adversaire ne peut pas contre attaquer

2 - La balle revient dans le camp de l'attaquant et peut
être réattaquée

3 - Contre perdant (bloc - out, ...), faute filet.

4 - Contre touche et gêne la défense