



Niveaux Volley-ball

Pour tout niveau

Cette offre ne nécessite aucun niveau particulier et est ouverte à tout la communauté des sports universitaires.

N1

Les joueuses et joueurs ont des compétences techniques de base peu solides en volley-ball. Les cours N1 permettent d'apprendre/de pratiquer les techniques de base telles que la passe haute, la manchette, le service, la réception, l'attaque et la défense, de pratiquer/consolider les enchaînements/les séquences, d'améliorer le contrôle du ballon en général et d'introduire/d'appliquer le système de jeu 6-6 sans spécialisation.

N2

Les joueuses et joueurs ont déjà un niveau intermédiaire à avancé et ont suivi avec succès plusieurs cours N1. Les éléments techniques/tactiques fondamentaux (position par rapport au ballon, élan, toucher du ballon, impulsion/mouvement de frappe, position sur le terrain, etc.) peuvent être exécutés correctement lors du service, de la réception, de la passe, de l'attaque et de la défense. Les joueuses sont capables de contrôler et de jouer le ballon avec précision (au moins 7 sur 10) à partir de positions simples et plus difficiles, permettant ainsi à leurs coéquipiers d'attaquer de manière ciblée. Les joueuses ont des connaissances préalables du système de jeu 6-6 sans spécialisation avec pénétration 1 (5 attaquants/1 passeur).

N3

Les joueuses et joueurs ont un niveau avancé, voire de compétition, et dépassent les conditions de participation au niveau N2. Les joueuses ont de (très) bonnes capacités techniques : à partir de position simples, le ballon peut toujours

être joué de manière contrôlée et précise (10 sur 10). Les joueuses sont de plus en plus confrontées à des situations de jeu exigeantes et difficiles et s'adaptent bien au système de jeu 6-6 sans spécialisation avec pénétration 1 (5 attaquantes / 1 passeuse).