



Volleyball Québec  
4545 avenue Pierre-De Coubertin  
Montréal Québec H1V 0B2  
Tél. : 514 252-3065 Téléc. : 514 252-3176  
www.volleyball.qc.ca info@volleyball.qc.ca

## Recommandation de Volleyball Québec sur le type de ballon à utiliser en éducation physique au secondaire

Volleyball Québec propose aux enseignants du secondaire quelques pistes afin de les aider à effectuer un choix éclairé lorsque vient le temps de se procurer des ballons de volleyball.

Le choix d'un ballon offrant un meilleur contrôle, une vitesse adéquate et un contact moins douloureux pour les bras permettra l'atteinte des **deux éléments qui favorisent le plaisir du jeu** ; les longs échanges et le succès dans les actions des élèves. Il est fort à parier que si le jeune joueur a du plaisir en jouant, il aura le souhait de progresser et de s'améliorer.

Différents facteurs peuvent être pris en compte par l'enseignant lors de son choix à l'achat d'un type de ballon. Par exemple, il est important de considérer la capacité des élèves à obtenir du succès dans leurs actions. De plus, il ne faut pas oublier qu'éventuellement les élèves pourront progresser vers l'utilisation d'un ballon de plus en plus similaire à celui utilisé en compétition.

Différents types de ballon peuvent être utilisés selon les besoins sans nécessairement qu'ils soient de « vrais » ballons de volleyball (ballon de plage, ballon de kinball, ballon surdimensionné ou tout autre ballon adaptant la vitesse du jeu et la facilité de l'élève à le contrôler). Lorsque l'élève vivra du succès sur une base régulière, un changement de ballon pourra être considéré.



Pour l'enseignement du volleyball à l'école, et principalement pour les groupes standards, Volleyball Québec recommande le ballon **VS123W-SL de Mikasa**. Sa grosseur et son apparence sont similaires à un « vrai » ballon de volleyball et il offre une vitesse de jeu adéquate pour ce niveau. De plus, sa légèreté et sa texture permettent un contact moins « douloureux » avec les bras.