



TRAVAIL DE DÉFENSE AVEC TAPIS

Organisation / matériel

- 4 joueurs minimum
- Des ballons
- 1 entraîneur
- Travail sur terrain entier
- 1 tapis

Situation

- L'entraîneur frappe sur le tapis (qui simule un block adverse) et le **joueur A** soutient et renvoie en passe en P5 adverse sur le **joueur B**.
- Après avoir effectué son action, le **joueur A** se déplace rapidement dans le camp adverse pour prendre la passe (en 2,5).
- Le **joueur B** relance sur **A** (passe ou manchette) et enchaîne une attaque P4 diagonale en essayant de sortir du terrain pour attaquer.

Tapis (épaisseur : 20 cm minimum)



Entraîneur



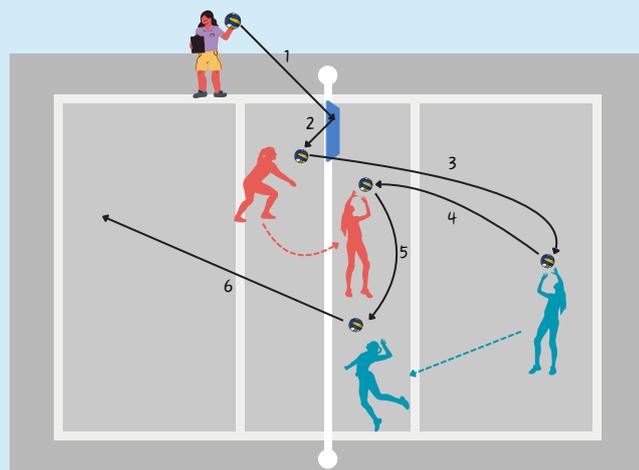
A



B

→ Trajectoires des ballons

-----> Déplacement des joueurs



Rotation joueurs: A -> B -> ramasse ballon -> donne à l'entraîneur -> A

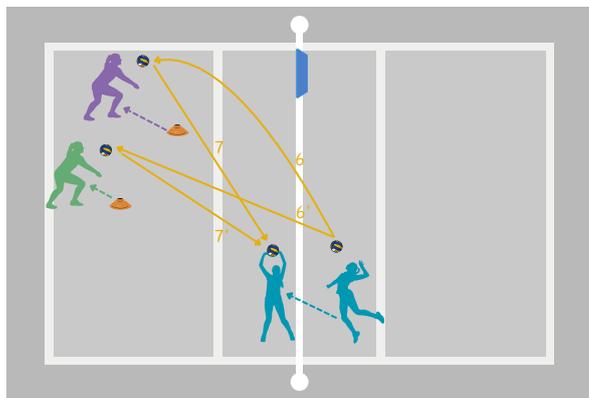
Evolution 1:



C

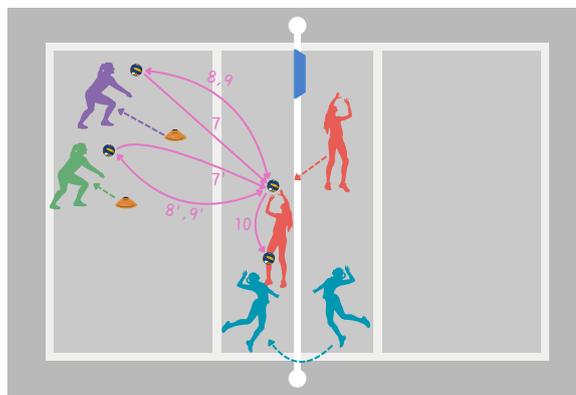


D



C et D se placent au plot en base 1. Au contact du passeur adverse, ils reculent sur leur base 2 et défendent le ballon attaqué par B (qui change de côté et bloque le ballon).

Evolution 2:



Désormais, C et D défendent le ballon attaqué par B pour le renvoyer sur A qui aura changé de côté. Celui-ci redonne une relance à C et D et sur celle-ci, il fait une passe en P2 pour B qui attaque le ballon.

Rotation des joueurs pour évolutions 1 et 2 : A -> B -> C -> D -> ramasse ballon -> donne à l'entraîneur -> A

LA VIDÉO

<https://youtu.be/Oaq8q0zxjK>