

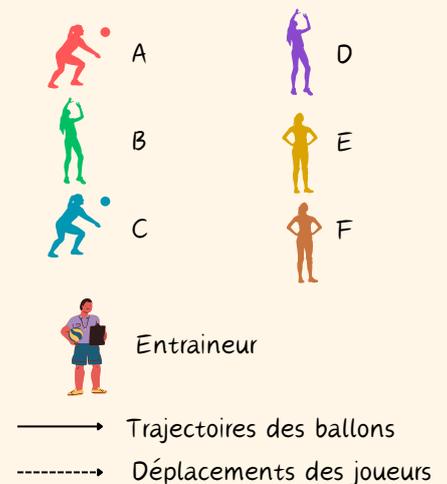
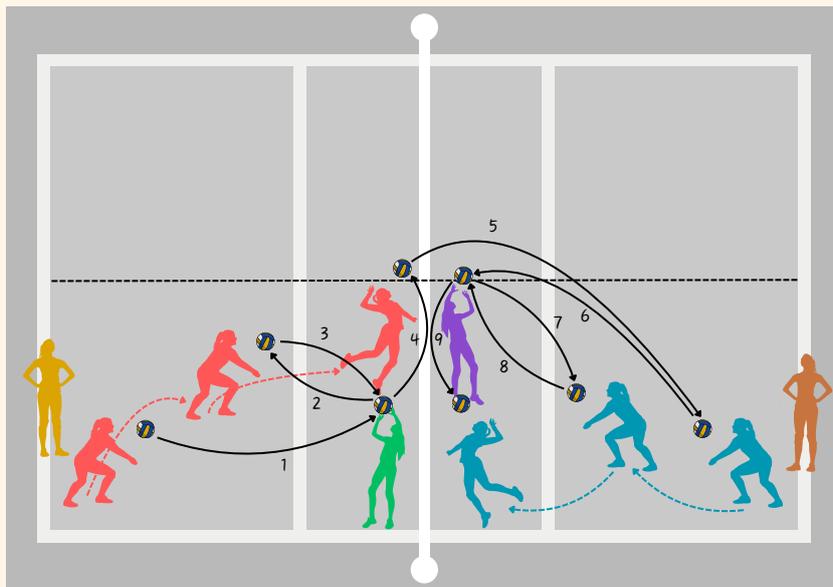


CONSTRUCTION D'ATTAQUE 2*2 EN CIRCUIT FERMÉ

Organisation / matériel

- 4 joueurs minimum
- 1 entraîneur
- Des ballons
- Travail sur 1/2 terrain

Situation



Explication

- A lance le ballon sur B qui effectue soit une feinte soit une petite passe à 10 doigts.
- A renvoie le ballon (en passe ou en manchette) sur B qui effectue une passe d'attaque (avant ou arrière) en P4 afin que A attaque de l'autre côté du filet sur C. B va au soutien.
- C défend sur D puis les joueurs réalisent le même exercice que A et B.
- On tourne à chaque fois : A et C prennent respectivement la place de B et D et inversement.
- Il est possible de rajouter un joueur en attente de chaque côté. Dans ce cas, A prend la place de B, B va à la place du joueur en attente (E) et ce dernier se positionne à la place de A (idem pour C, D et le joueur en attente F).

Evolution

- A lance le ballon sur B qui effectue directement une passe en P4 afin que A attaque (pareil pour C et D).
- Si il n'y a que 4 joueurs et que le niveau le permet, on peut demander au joueur B d'effectuer un soutien puis un plongeon après sa passe pour se replacer en fond de terrain.

LA VIDÉO

<https://youtu.be/neCJQRgAn-s>