

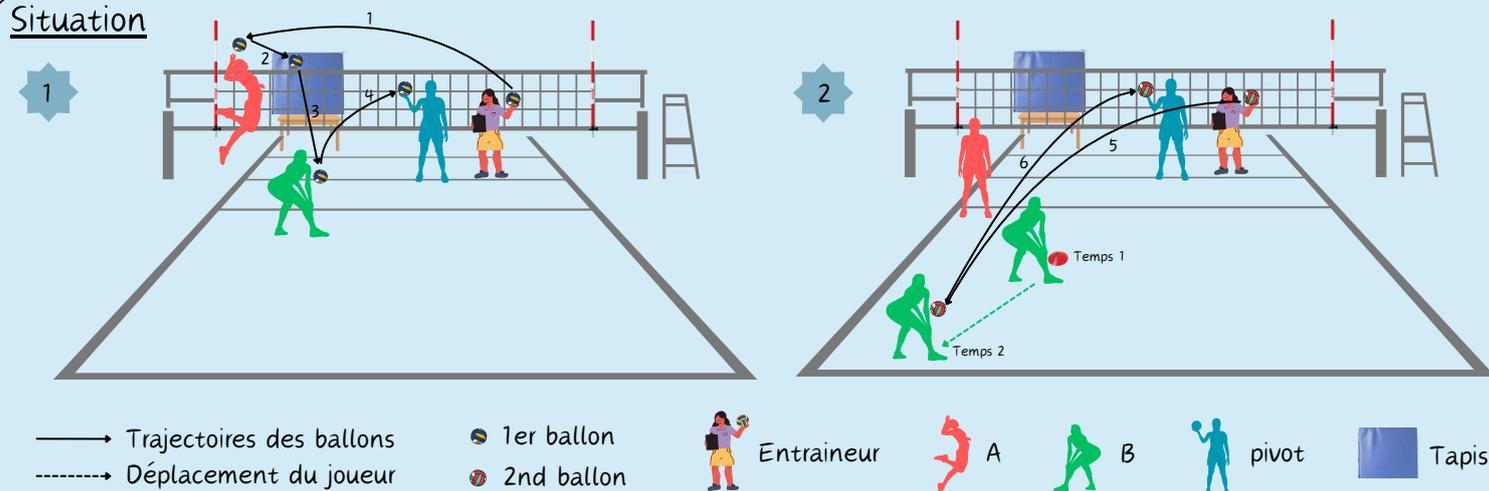


TRAVAIL DE SOUTIEN POUR P5

Organisation / matériel

- 3 joueurs minimum
- 1 entraîneur
- Travail sur terrain entier
- Des ballons
- Un tapis posé sur une table

Situation

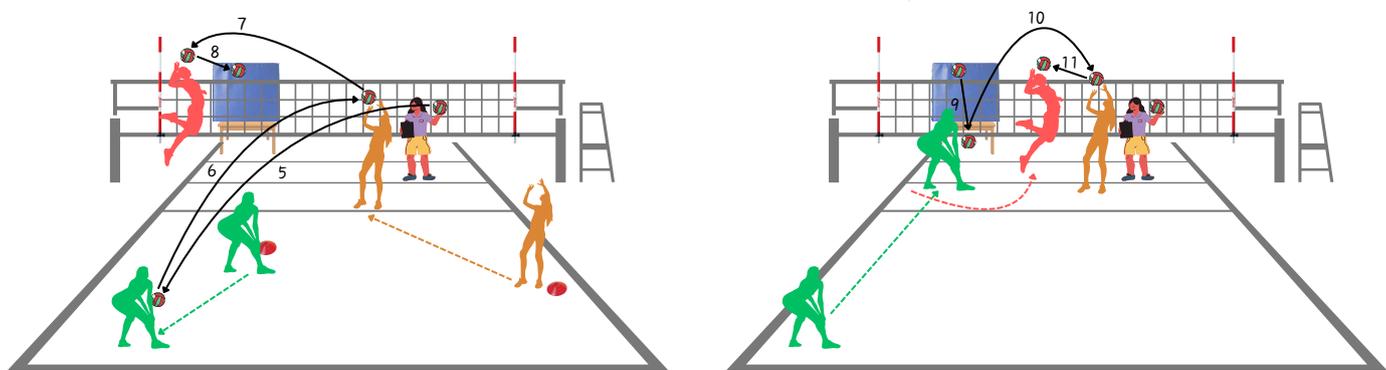


Explication

1. L'entraîneur envoie un ballon à A qui attaque dans le tapis (afin de simuler un bloc adverse) et B va au soutien.
 2. Le **joueur B** se positionne ensuite en temps 1 et recule en temps 2 pour défendre un second ballon envoyé par l'entraîneur en P5. Le **pivot** bloque le ballon et on tourne : A -> pivot, pivot -> B, B -> A.
- Il est possible de mettre un **joueur en attente** derrière B : dans ce cas, le **pivot** se met en attente pour la prochaine rotation.

Evolution de la situation 2

- Le **joueur B** ne défend plus sur le **pivot** mais sur un autre **joueur D** (qui se trouve initialement en P1). D enclenche son déplacement pour aller à la passe au moment de la frappe de l'entraîneur. Il effectue une passe en P4 pour A qui attaque dans le tapis. B va au soutien et envoie le ballon à D pour refaire la même action une seconde fois. Au bout de 2 à 3 soutiens, A demande à attaquer en P3 afin de pouvoir effectuer la rotation des joueurs.



LA VIDÉO

<https://youtu.be/UOE68kKbmf4>