

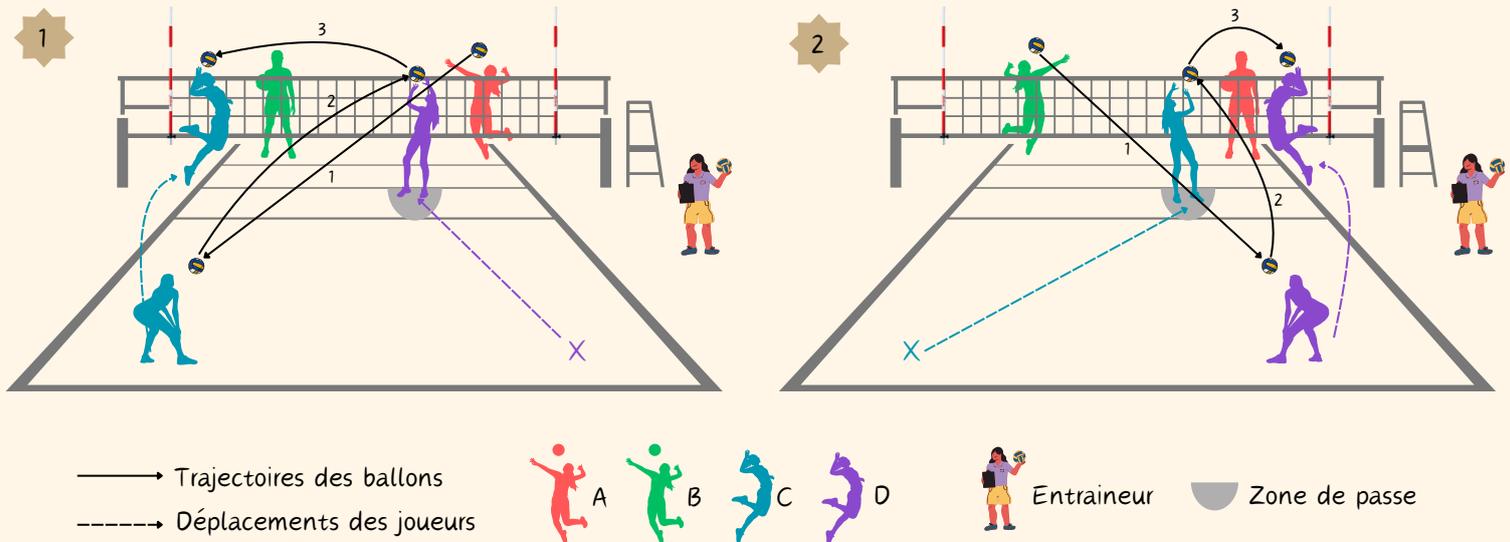


CONSTRUCTION D'ATTAQUE SUR SITUATION MINIMALE

Organisation / matériel

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

Situation



Explication

- A et B sont en binôme et C et D également.
- A effectue une self attaque diagonale sur C en P5.
- Sur la défense de C, D pénètre dans sa zone de passe et fait une passe pour C en P4 afin que celui-ci attaque.
- B effectue ensuite une self attaque diagonale sur D en P1.
- Sur la défense de D, C pénètre dans sa zone de passe et fait une passe pour D en P2 afin que celui-ci attaque.

Evolutions

1. On peut rajouter des joueurs E et F au filet. Sur la self de A, F effectue un contre, et l'un des joueurs C ou E défend sur D qui aura pénétré dans sa zone de passe. E aura fait au préalable une sortie de bloc pour pouvoir défendre en petite diagonale le ballon lancé par A. D fait une passe en P4 sur E qui réalise une feinte pour C. C renvoie le ballon sur F qui fait la passe à E afin qu'il attaque en P4. (idem sur la self de B avec défense des joueurs D ou F et pénétration du joueur C dans sa zone de passe).
2. Après avoir effectué leur self attaque, on peut demander aux joueurs A et B de venir contrer l'attaquant. Si il y a un bloc, le point est joué jusqu'à perte de balle.

LA VIDÉO

<https://youtu.be/HUQ4ELRjwPY>