

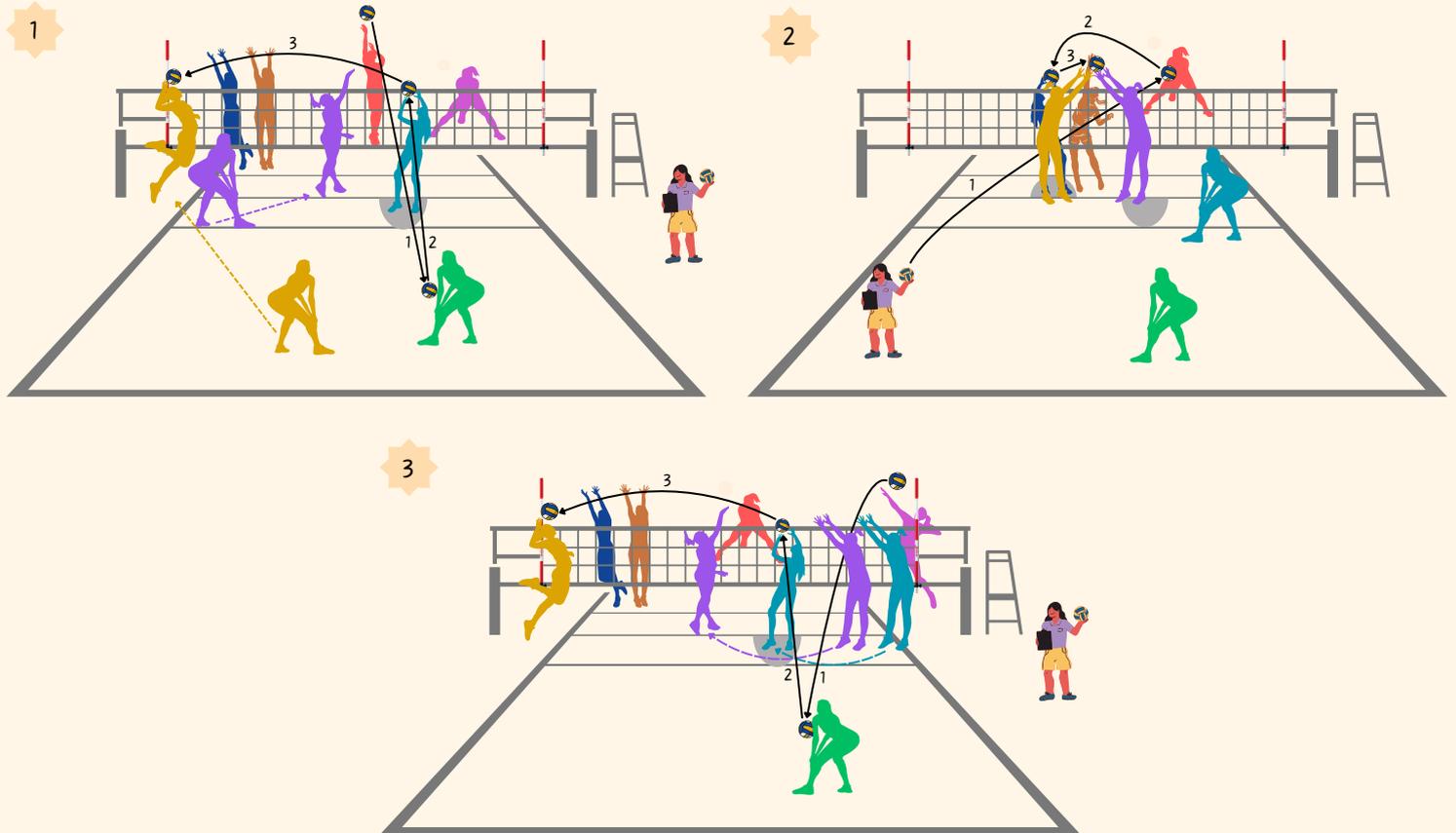


RELATION PASSE-ATTAQUE SUR RÉCEPTION, RELANCE ET DÉFENSE EN SITUATION DE JEU

Organisation / matériel

- 8-9 joueurs minimum
- Travail sur terrain entier
- Des ballons
- 1 entraîneur

Situation 1: passeur avant



Explication

1. A effectue un service sur B ou E qui réceptionnent sur le passeur C. C fait une passe en P3 sur D ou en P4 pour E afin que l'un des 2 joueurs attaque. Si l'attaque est en P3, seul le joueur F en P3 adverse va au contre tandis que si l'attaque est en P4, F va au contre avec le passeur adverse G. Le point est joué jusqu'à perte de balle.
2. L'entraîneur lance un deuxième ballon sur le joueur A qui relance sur le passeur G. G fait une passe à F pour qu'il attaque en P3. Les joueurs D et E vont au contre. Le point est joué jusqu'à perte de balle.
3. H effectue une self attaque en P4 sur B. Le passeur C et le joueur D vont au contre. B défend sur C qui fait une passe en P3 ou en P4 pour que D ou E attaque et les joueurs F et G vont au contre. Le point est joué jusqu'à perte de balle.

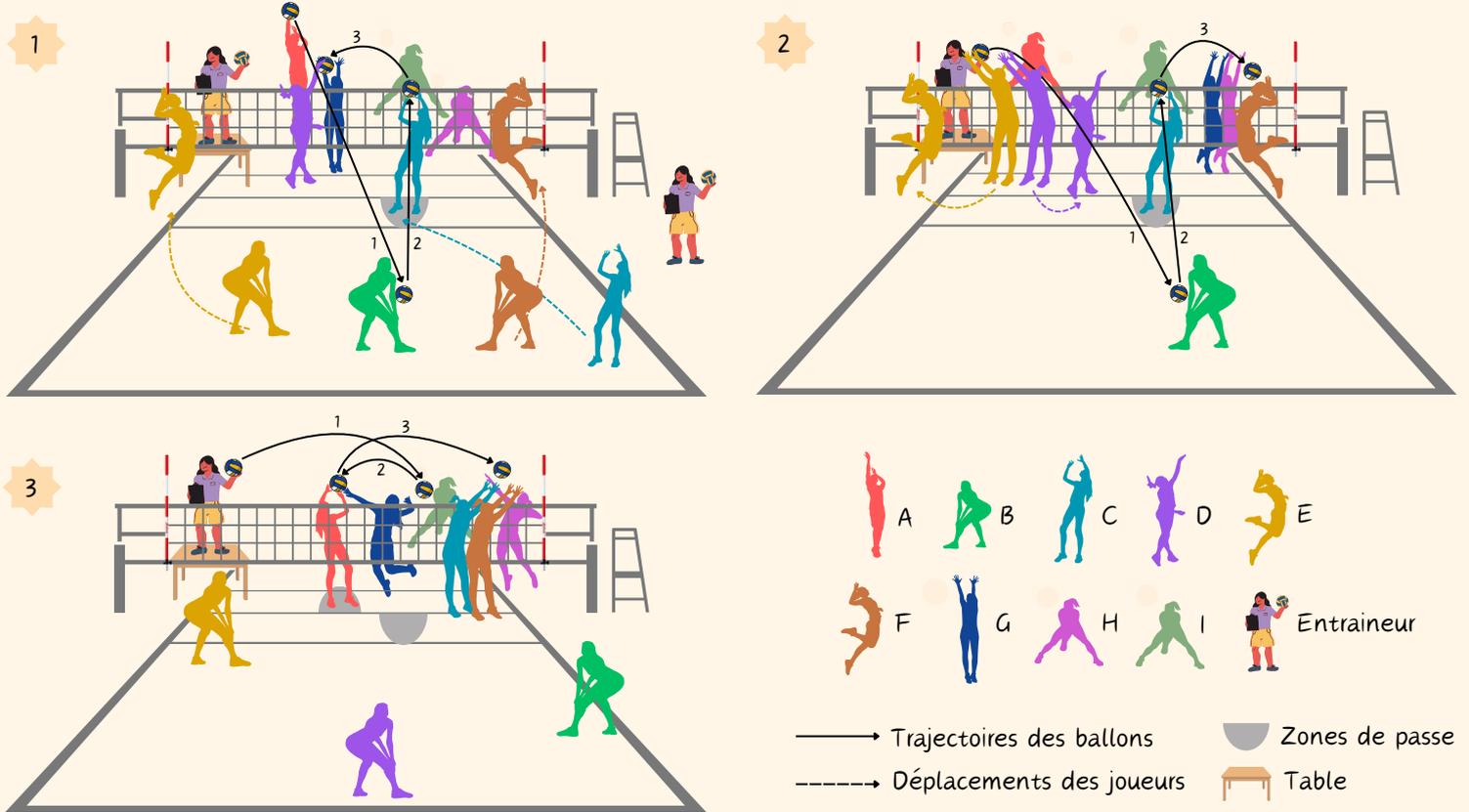
Remarque

- On peut faire cet exercice avec les 3 positions avants du passeur.



RELATION PASSE-ATTAQUE SUR RÉCEPTION, RELANCE ET DÉFENSE EN SITUATION DE JEU

Situation 2: passeur arrière



Explication

1. A effectue un service sur B, E ou F qui réceptionnent sur le passeur C. C fait une passe en P3 sur D, en P4 pour E ou en P2 pour F afin que l'un des 3 joueurs attaque. Les joueurs adverses vont au contre. Le point est joué jusqu'à perte de balle.
2. L'entraîneur positionné sur une table en P2 fait défendre le joueur B en P6. Pendant ce temps, les joueurs D et E vont au contre. B défend sur le passeur C : C fait la passe à l'un des joueurs D, E ou F en P3, P4 ou P2 afin qu'il effectue une attaque. Les joueurs adverses vont au contre. Le point est joué jusqu'à perte de balle.
3. L'entraîneur envoie un ballon de relance sur I en P5 qui relance sur A. A fait la passe à l'un des joueurs G ou H afin que celui-ci attaque. Les joueurs adverses vont au contre et le point est joué jusqu'à perte de balle.

Evolutions

- On peut faire cet exercice en rajoutant un joueur sur le terrain du côté du joueur B.
- On peut faire cet exercice avec l'entraîneur positionné en P4.

LA VIDÉO

<https://youtu.be/hlzh456l1t4>