

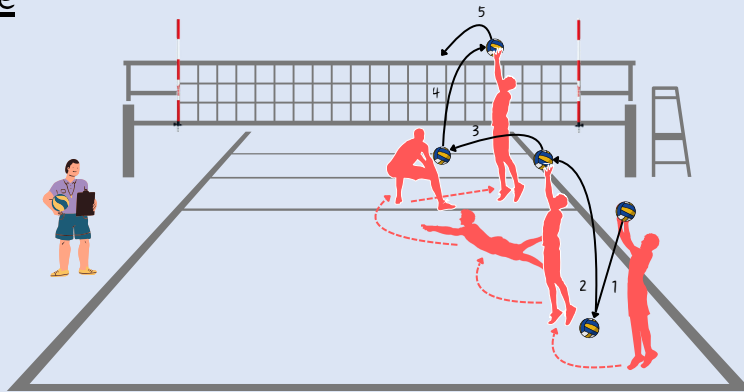


MANIPULATION : CONSTRUCTION D'ATTAQUE M9/M11/M13

Organisation / matériel

- 2 joueurs minimum
- Des ballons
- 1 entraîneur
- Travail sur ½ terrain

Exercice



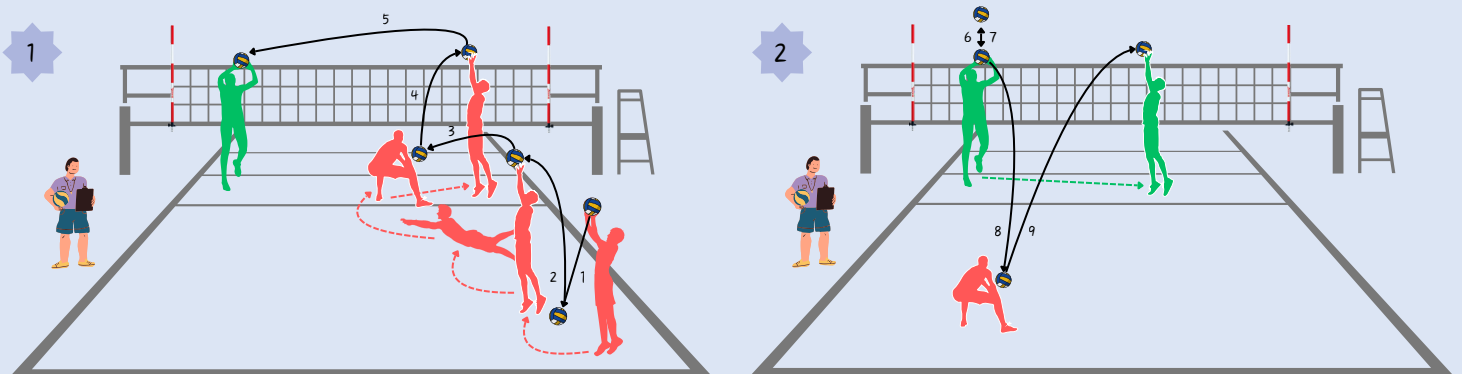
→ Trajectoires du ballon
 -----> Déplacements du joueur



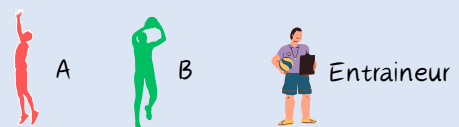
Explication

- Le **joueur** effectue un rebond vers l'avant puis effectue une passe.
- Pendant ce temps, il effectue un plongeon au sol puis récupère son ballon après rebond pour faire une manchette sur lui-même et renvoyer le ballon en passe de l'autre côté du terrain.

Evolution 1



→ Trajectoires du ballon -----> Déplacement des joueurs



Explication

- Le **joueur A** ne renvoie plus le ballon de l'autre côté du terrain mais fait une passe au **joueur B**.
- **B** effectue un contrôle sur lui-même puis effectue une passe pour **A** qui se sera déplacé au milieu / fond de terrain.
- **A** relance sur **B** qui bloque le ballon.



MANIPULATION : CONSTRUCTION D'ATTAQUE M9/M11/M13

Evolution 2

- Le **joueur B** ne fait plus de contrôle sur tête mais renvoie directement le ballon en passe à **A**. **Ce dernier** relance sur **B** qui ne bloque plus le ballon. Il fait une passe à **A** en P4 qui bloque le ballon.
- Pour un niveau M13, il est possible de rajouter une feinte de la part du **joueur B** juste avant que celui-ci fasse sa passe pour **A** en milieu / fond de terrain.

Evolution 3

- Le **joueur A** ne bloque plus le ballon mais attaque de l'autre côté du terrain.

Evolution 4

- On rajoute 2 joueurs dans cette évolution : **C** et **D**.
- Après son plongeon, **A** fait une manchette sur lui-même puis une passe au **joueur B**. Le **joueur B** fait une passe pour le **joueur C**, puis après sa passe, **B** se déplace rapidement de l'autre côté du terrain.
- **C** relance sur **A** qui lui fait la passe afin que **C** envoie le ballon en passe de l'autre côté du terrain pour **B** et **D**. Les joueurs construisent ensuite des échanges jusqu'à perte de balle comme en situation de match. Ils finissent donc par faire un match 2 contre 2 (**A** et **C** d'un côté et **B** et **D** de l'autre).

LA VIDÉO 

<https://youtu.be/MXw-OBPfBfI>