

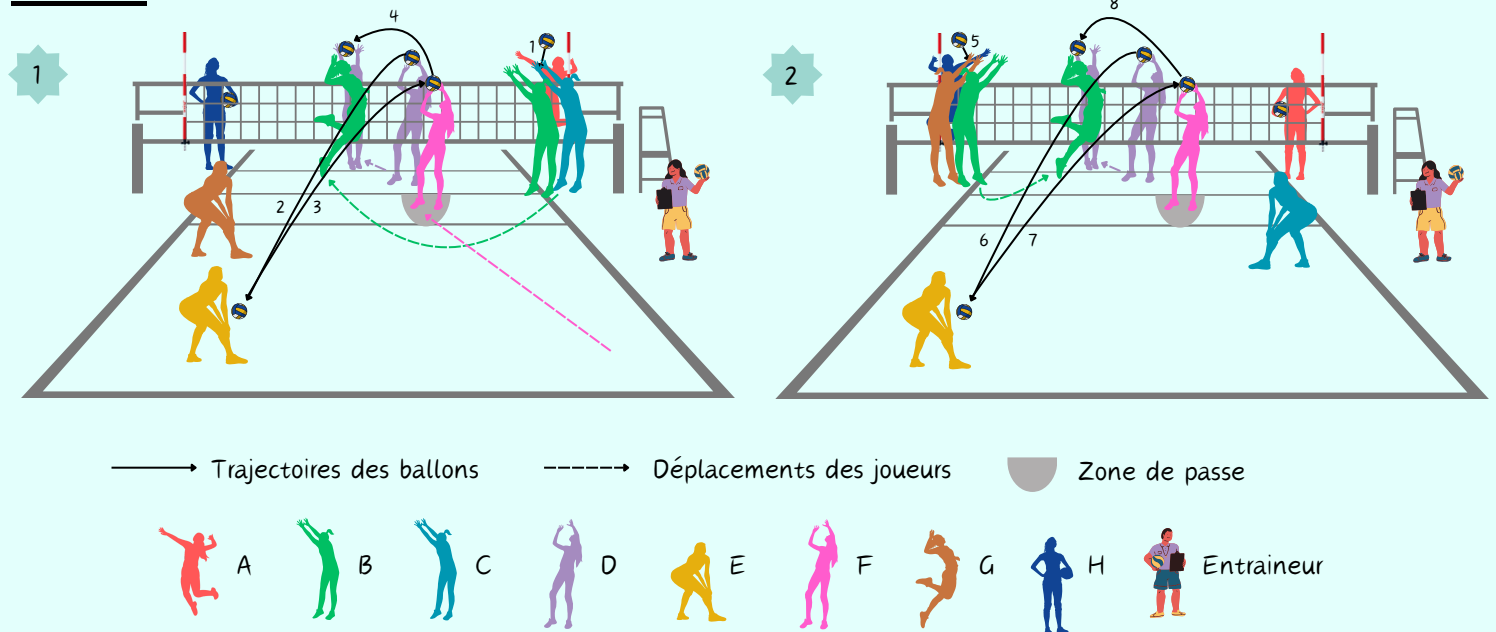


TRAVAIL DE CONTRE SUR SELF- ATTAQUES ET ATTAQUES P4/P3/P2

Organisation / matériel

- 8 joueurs minimum
- 1 entraîneur
- Ballons
- Travail sur terrain entier

Situation



Explication

- Le **joueur A** positionné en P4 adverse effectue une self-attaque.
- Les joueurs **B** et **C** vont au contre.
- Au même moment, le **joueur D** en P3 envoie un ballon de l'autre côté du terrain pour **E** qui relance sur le **passeur F** qui aura pénétré dans sa zone de passe.
- **F** fait une passe arrière en P2 pour **C** ou au centre pour **B** afin que l'un des joueurs attaque. Les joueurs adverses vont au contre.
- Ensuite, le **joueur H** situé en P2 adverse effectue une self-attaque. Les joueurs **G** et **B** vont au contre et l'exercice se poursuit de la même manière.
- Les joueurs tournent par poste.
- Remarque : si la self est en P4, le jeu peut se situer qu'en P3 ou P2 adverse et inversement si la self est en P2.

Evolution

- Il est possible d'ajouter des joueurs en défense de l'autre côté du terrain en fonction du nb de joueurs présents. Ainsi, si le ballon n'est pas contré, le point est joué jusqu'à perte de balle. L'entraîneur envoie ensuite plusieurs ballons de relance et les joueurs enchainent une construction d'attaque puis jouent le point jusqu'à perte de balle.

LA VIDÉO

<https://youtu.be/psfnaA2ZZgU>