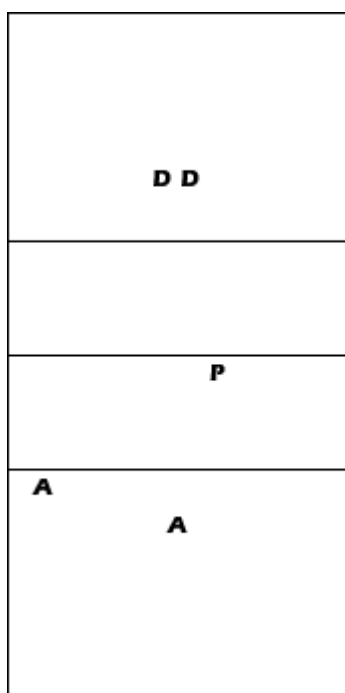




Vision du jeu adverse lors d'une attaque – type 3

- **Objectif (amélioration de) :** De la vision du jeu adverse lors d'une attaque.
- **Procédures :** Agilité / Coordination.
- **Consignes générales :** Savoir observer l'équipe adverse avant d'attaquer pour faire le point.
- **Consignes techniques :** L'attaquant fait une passe sur le passeur pour qu'il le fasse attaquer à son poste. Les deux défenseurs lorsque le passeur touche la balle, défendent en grande diagonale et/ou ligne, après s'être concerté discrètement. Au moment du saut d'attaque, l'attaquant doit regarder les défenseurs et non plus son ballon, afin d'attaquer sur le poste libre.
- **Critères de réussite :** Sur la vision du jeu adverse : Quand est-ce que j'ai vu le poste libre ? Est-ce que j'ai pu attaquer le ballon normalement ?



- **Effectif idéal :** 6 (minimum de 4)

- **Déroulement :**

A : fait une passe sur P, se prépare à attaquer et regarde les défenseurs adverses (D). A doit attaquer sur le poste libre.

P : fait une passe à A.

D : au moment où P touche le ballon doivent défendre en grande diagonale et/ou ligne. Rappel sur les placements.

Nombre de répétition / Intensité : après l'attaque, A va en défense et D va à l'attaque.

Temps d'exécution prévu : 10 minutes maximum (5 idéal).

- **Evolution positive :** Un ou deux contreurs peuvent être ajoutés afin de rendre plus difficile la vision du jeu.
- **Evolution négative :** L'attaquant doit viser un des deux défenseurs.
- **Bilan de séance :** Points + / Points -