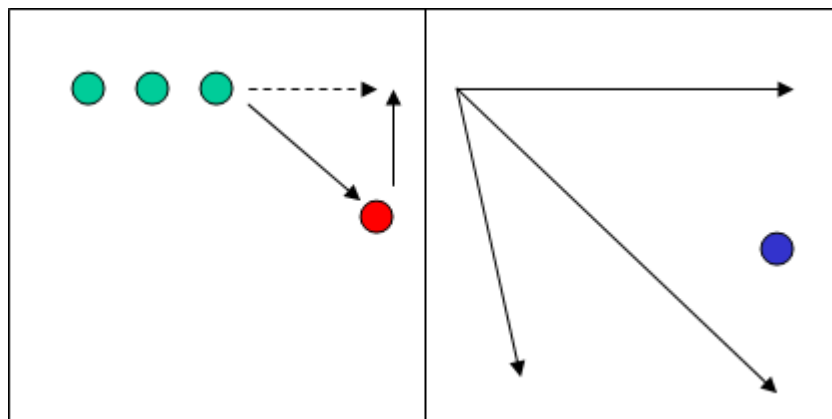




Cibler son attaque



■ **Déroulement :**

Les joueurs attaquent avec pour objectif d'éviter le réceptionneur, qui est seul à défendre et qui détermine seul sa position de défense. Si le réceptionneur ne réceptionne pas, l'attaquant continue d'attaquer et reprend la file (en vert).

Si le réceptionneur parvient à réceptionner, on tourne. L'attaquant "perdant" va en passe (en rouge), le passeur va en réception (en bleu) et le réceptionneur "gagnant" va en attaque.

■ **Objectif pour l'attaquant :**

Eviter le réceptionneur en ciblant les points stratégiques ou laissés libres.

Regarder le terrain adverse avant d'attaquer.

■ **Objectif pour le réceptionneur :**

Apprendre à connaître son adversaire. Un attaquant qui ne varie pas ses attaques sera vite repéré par le réceptionneur.

■ **A noter :**

Le joueur prendra vite conscience que pour rester en attaque, il devra se montrer aussi agressif qu'intelligent. L'attaquant devra éviter de faire des attaques trop lentes qui laissent le temps au réceptionneur de se positionner, et il sera contraint de varier ses attaques.

L'envie d'attaquer dans cet exercice pousse à s'appliquer aussi bien en attaque qu'en réception et développe la gnak sur le terrain.

Si la balle est out, on tourne.