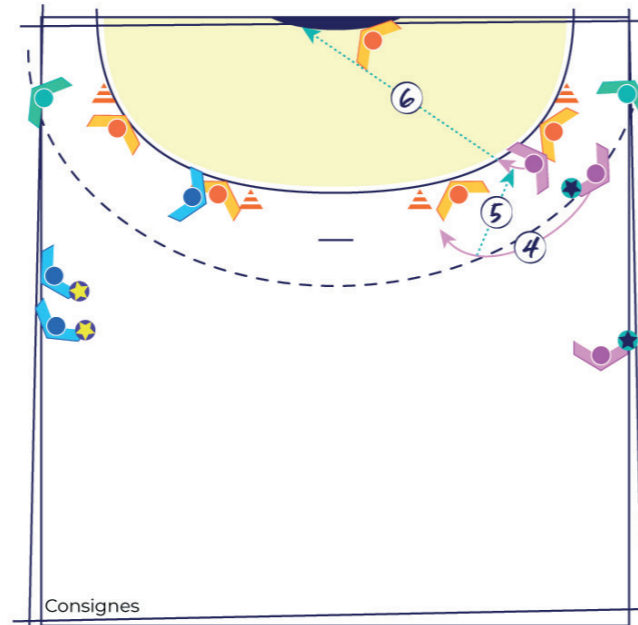
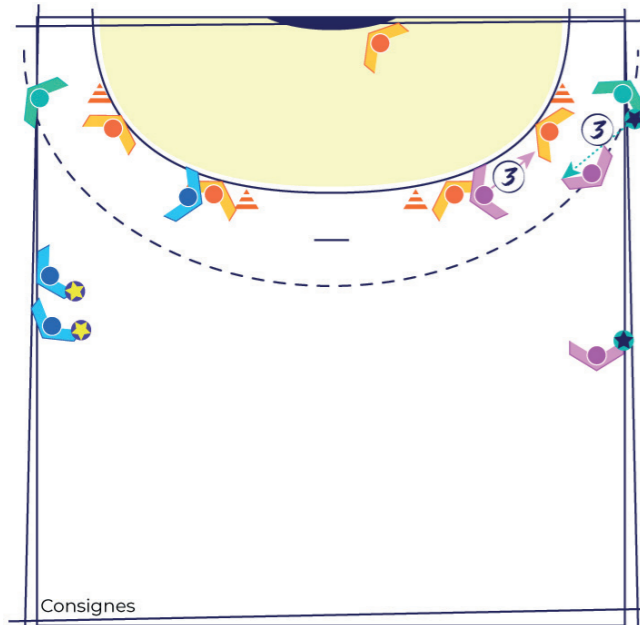
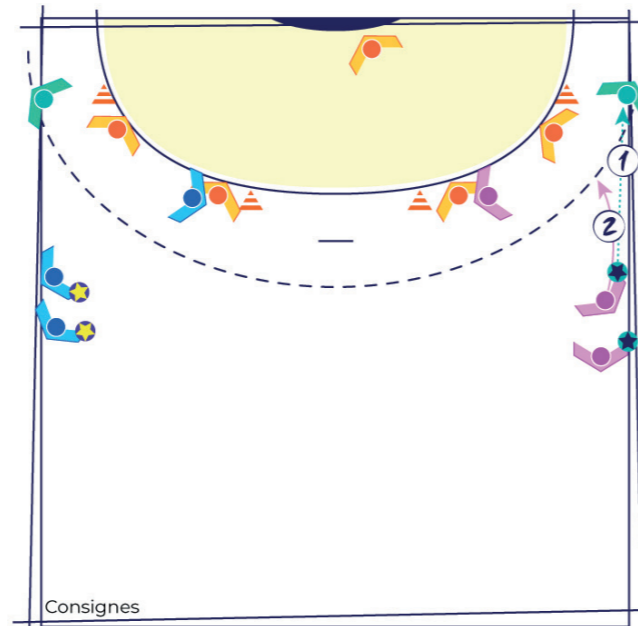
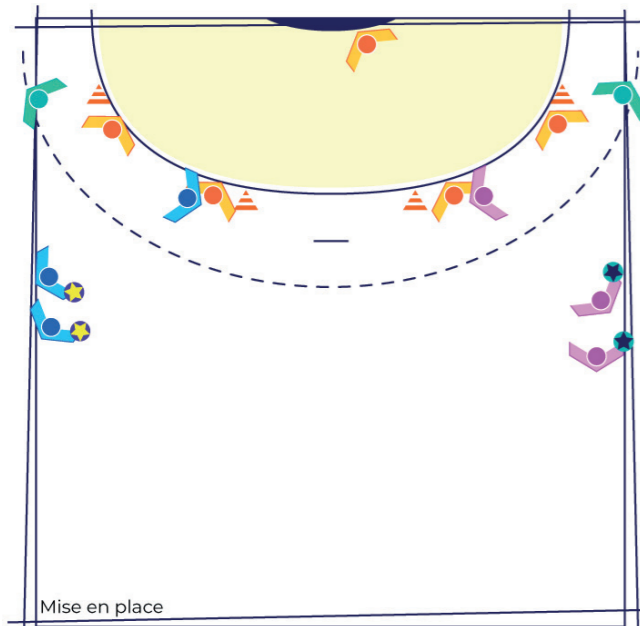




LE BLOC DU PIVOT POUR UN JEU À 2 CONTRE 2 AVEC L'ARRIÈRE



L'objectif de l'exercice est de travailler la relation Arrière-Pivot par une situation à 2 contre 2 et un jeu de l'Arrière externe-interne

MISE EN PLACE

- On positionne :
- 1 Gardien de But dans son but
 - 2 Ailiers passeurs
 - 2 défenseurs n°2 et n°3
 - 2 colonnes d'Arrières avec un ballon chacun
 - 2 pivot positionnés en bloc sur le défenseur n°3

On délimite 2 zone d'attaque à l'aide de 4 plots

CONSIGNES

L'Arrière fait la passe à l'Ailier passeur (1) puis s'engage sans ballon pour aller fixer dans l'intervalle externe (2)

Pendant le temps de la passe du passeur à l'Arrière, le Pivot change de position pour aller bloquer le défenseur n°2 (3)

L'Arrière change de rythme pour accélérer et mettre un temps fort pour changer d'intervalle et aller attaquer du côté intérieur le défenseur n°3 (4)

Il donne alors la balle au Pivot qui a bloquer le retour, le flottement du défenseur n°2 (5) et qui peut alors aller tirer (6)

RÉGULATIONS

- Agrandir ou réduire l'espace d'attaque pour rendre la tâche plus ou moins facile pour les attaquants

CONSEILS

- Veillez à ce que les Arrières changent de rythme (accélèrent) une fois qu'ils reçoivent la balle du passeur
- Il faut également que le Pivot se coordonne parfaitement avec son Arrière et qu'il arrive à bloquer le défenseur n°2 au moment où l'arrière va changer de direction de course et changer d'intervalle
- Enfin, demandez à vos Arrières de faire la passe dans l'espace libre devant le Pivot et non pas sur lui pour empêcher toute interception du défenseur n°2



GARDIENS

les Gardiens de But participent à l'exercice



POSTES

Arrière



CATÉGORIES

de moins de 14 ans à Séniors



MATÉRIEL

4 plots
1 ballon par Arrière



PARTICIPANTS

au moins 10 joueurs



TEMPS

15 minutes

