

Contre collectif aux 3 postes (à 2 ou 3 joueurs).

Réaction à la notion d'incertitude
Choix du type de contre (à 2 ou à 3).

MISE EN PLACE -
DEROULEMENT

REMARQUES

Mise en place

Effectif minimum: 9J + 1L

Rôles:

Terrain I: 3C

Terrain II: 2P + 4A + 1L

Déroulement

1er lancer de L

- 1-2 - Séquence identique à l'exercice ci-dessus
- 3-4 - l'exercice ci-dessus

2ème lancer de L

- 5 - L: sur C (au choix) immédiatement après le contre
- 6 - C: sur P' (par exemple)
- 7 - P': Passe arrière d'attaque vers A'2
- C2-C3-C4: Déplacement vers 2

- 8 - A2: Attaque
- C2-C3-C4: Contre

3ème lancer de L

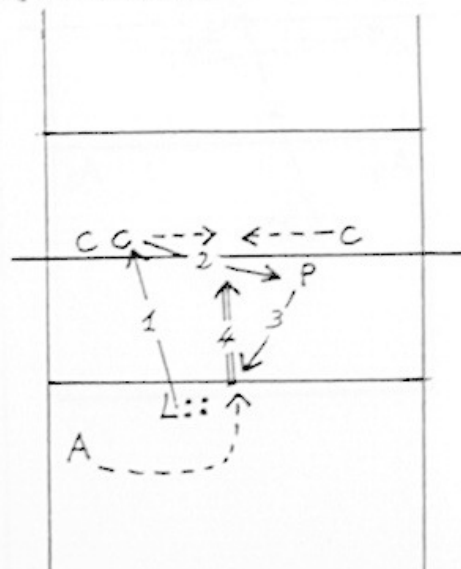
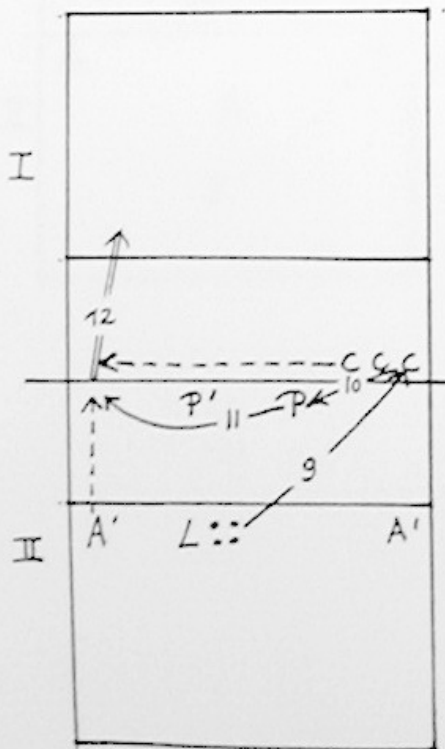
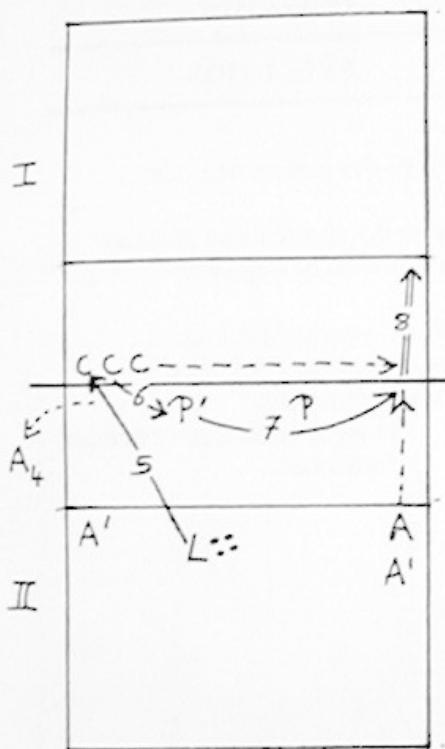
- 9 - L sur C ... etc...
- 10 -
- 11 -
- 12 -

EVOLUTION

- Accélération du rythme et de la difficulté Temps-Espace
- Choix du passeur pour le renvoi du lancer par le contre
- Le passeur peut remettre sur le même poste (incertitude)

Evolution

Lancer supplémentaire avec attaque 3m (placé librement)



Variante

L: lancers depuis Terrain I sur C dos tourné au filet

