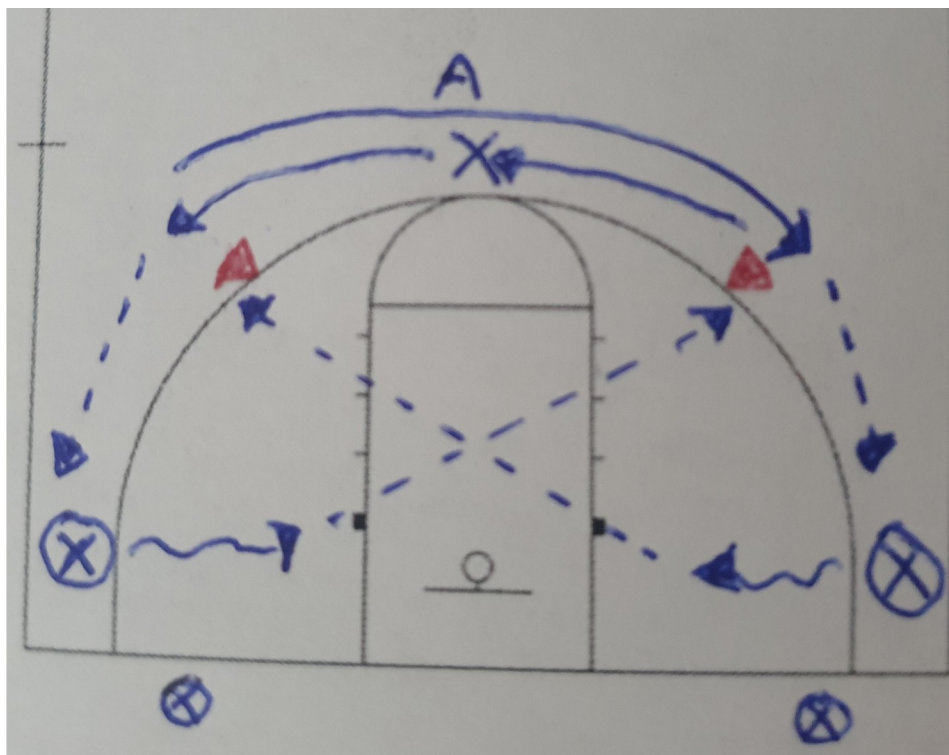




Exercice 7 : Enchaînement de passes en mouvement

Groupes de 3 joueurs ; 1 ballon ; 2 plots. Les 3 joueurs sont positionnés en triangle ; le joueur A navigue entre les 2 plots tandis qu'il reçoit la passe de B et qu'il la renvoie à C ; on peut, en fonction de la motricité et du niveau de pratique des joueurs, avoir des distances, rythmes (nombre de passes à la minute) et trajectoires variables.

Variantes : on peut spécialiser les joueurs en fonction de la place occupée sur terrain : A ailier, B meneur et C poste bas.



#U13 #U15 #U18 #senior #Passe #Cibleenmouvement #Précision #Apprentissage
#Perfectionnement