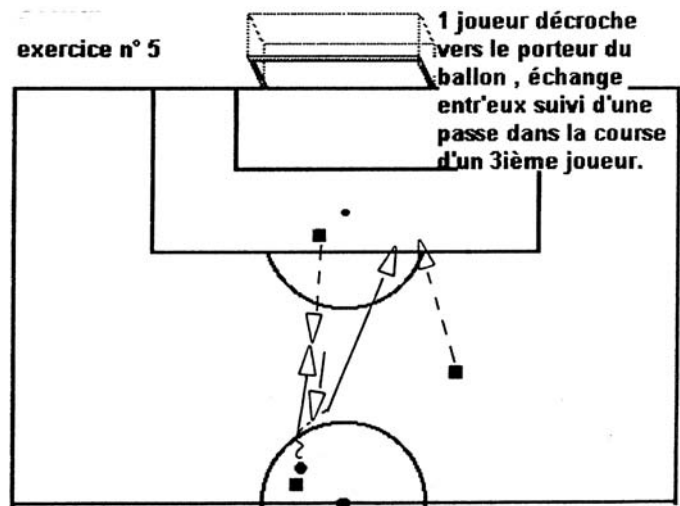


Éducatif no 5 de séquences de jeu offensives (Présenté par Sophie Drolet)



Combinaison à 2 suivie d'une passe sur un 3eme joueur (le relais) et d'une finition avec gardien.

Facteurs-clés de la réussite du relais :

Porteur de balle :

- Conduite de balle
- Passe sur le joueur
- Passe tendue, bien dosée
- Utilisation de différentes surfaces (ext. du pied pour cacher son jeu ou int. du pied)
- Communication

Non-porteur :

- Course pour décrocher
- Accélération
- Rejouer en 1 touche sur le joueur
- Protection de balle avec le corps

Facteurs-clés de la passe sur 3eme joueur:

Porteur de balle :

- Jouer en 1 touche
- Passe dans l'espace, dans sa course, derrière la défense
- Passe tendue, bien dosée
- Utilisation de différentes surfaces (ext. du pied pour cacher son jeu ou int. du pied)
- Synchronisation avec la course

3eme joueur :

- Appel de balle
- Accélération
- Tourner ses épaules sur la réception
- Finition en 1 touche ou en 2 touches

- Course diagonale
- Synchronisation pour arriver avec le ballon (accélération au bon moment)
- Prise de décision, tir placé, tir avec puissance

Variations :

1. Ajouter un défenseur contre le décrocheur
2. Ajouter le hors-jeu
3. Demander au défenseur de poursuivre le jeu.