

Street-hockey – Formes d’entraînement: Jeu avec balle / Attaque – Créer des situations de surnombre et les exploiter avec succès: Play more street-hockey

Les joueurs exploitent les situations de surnombre avec rapidité et efficacité.

Lis ce que tu peux observer dans cette forme caractéristique

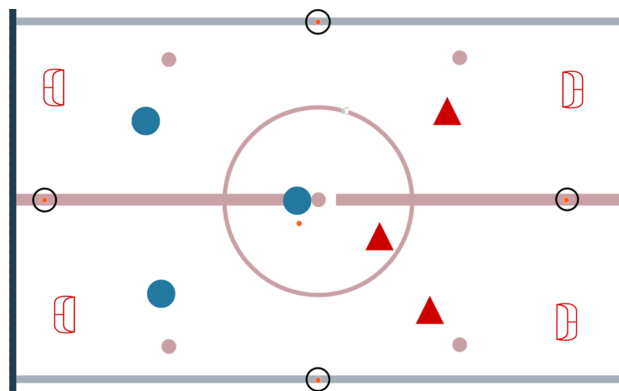
Grâce à des dribbles habiles, la porteuse de la balle essaie de fausser compagnie à son adversaire direct. Ses coéquipières se démarquent afin de la soutenir et de créer une situation de surnombre. Il s’agit ici de se libérer de son adversaire au bon moment. Grâce à la supériorité numérique, les joueuses gagnent de l’espace et s’ouvrent d’intéressantes perspectives pour conclure l’action. Cette forme caractéristique met l’accent sur l’attaque. Les situations de surnombre en défense sont abordées lors de la formation continue.

Points clés

- Communique de manière claire et concise avec tes coéquipiers.
- Forme un triangle avec tes coéquipiers afin d’offrir deux options de passes au porteur ou à la porteuse de la balle.
- Offre toujours au porteur ou à la porteuse de la balle une possibilité de passe.

Questions de réflexion

- Comment l’équipe réussit-elle à toujours offrir deux options de passes au porteur ou à la porteuse de la balle?
- Que dois-tu faire pour te rendre disponible en permanence pour tes coéquipiers?



Signification des symboles

Deux équipes s'affrontent en 3:3 sur quatre mini-butts. Si la balle sort du terrain, le joueur fautif ou la joueuse fautive va la récupérer. L'équipe adverse profite de ce laps de temps pour jouer en supériorité numérique avec une balle posée dans l'un des cerceaux.

plus facile

- Prendre une balle dans n'importe quel cerceau
- Équipe en possession de la balle: jouer avec un joker

plus difficile

- Jeu en supériorité numérique: utiliser la balle posée dans ses propres buts

Street-hockey: Formes d'entraînement pour les formes caractéristiques

Tu peux observer différents éléments depuis le banc ou les gradins. Les formes caractéristiques décrivent la partie visible du jeu. Pour toi, entraîneur-e, elles t'indiquent la voie à suivre et constituent le socle sur lequel tu planifies et réalises tes entraînements. Tu trouveras ici un aperçu des formes caractéristiques du street-hockey avec un lien vers les formes d'entraînement correspondantes.


Mehr



Toutes les formes d'entraînement pour cette forme caractéristiques

Mehr




 Schweizerische Eidgenossenschaft
 Confédération suisse
 Confederazione Svizzera
 Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSP