

Hockey sur glace – Garder le puck: A l’abordage!

Au cours de ce jeu, attaquants et défenseurs acquièrent les rudiments spécifiques à leur rôle.

Keypoints offensifs: Head up, corps entre le puck et l’adversaire, position basse et large, patiner, recherche de solutions

Keypoints défensifs: Diriger, pousser l’adversaire vers la «mauvaise glace», palette contre palette, agressivité, vouloir le puck



Deux équipes de cinq joueurs. L’une d’entre elles charge le plus d’objets possible sur son navire. Le transport se déroule d’une bande à l’autre dans la zone défensive.

Des pirates attaquent les matelots dans cette zone et les empêchent de parvenir au navire (but retourné).

Challenge: Quelle équipe comptabilise le plus de points?

Progression méthodologique «Garder le puck»

1. Chargez le navire!
2. Matelots, attention!
3. A l’abordage!

Ces trois jeux sont tirés de la leçon «[Pirate des Caraïbes](#)» (pdf). Une contrainte supplémentaire est ajoutée d’un jeu à l’autre.

[Check-list: Evaluer les jeux selon les quatre piliers d’apprentissage](#) (pdf)

Source: Nik Hess, expert J+S Hockey sur glace et responsable Sport des enfants Swiss Ice Hockey



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO