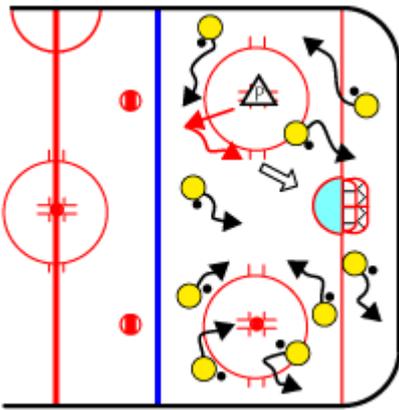


Hockey sur glace – Protéger ensemble le puck: Qui survivra au prédateur?

La protection du puck exige notamment une position du corps particulière. La présente forme de jeu poursuit cet objectif.

Keypoints offensifs: Head up, position basse et large, corps entre le puck et l'adversaire, récupérer le puck

Keypoints défensifs: Pousser l'adversaire vers la «mauvaise glace», palette contre palette, volonté de prendre possession du puck



Dans la zone défensive, un prédateur (P) essaie d'intercepter le puck des autres joueurs et de le glisser dans le but vide.

Tant que le puck n'est pas dans le but, le joueur qui l'a perdu peut essayer de le récupérer. S'il n'y parvient pas, il devient également prédateur.

Challenge: Qui est le dernier survivant?

Progression méthodologique «Protéger/défendre ensemble le puck»

1. Attention au trafic!
2. Qui survivra au prédateur!
3. Prisonniers de la sphère!

Le temps et/ou l'espace à disposition diminuent à chaque étape, mettant plus de pression sur les joueurs. Seuls ceux qui font un bon usage du puck sont récompensés au cours de ces jeux.

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

Source: Benoit Pont, chef de sport J+S Hockey sur glace



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO