

# Hockey sur glace – Le puck dans la compétition: Les meilleurs gladiateurs!

Ce jeu met aux prises deux équipes – situations de «un contre un» à «trois contre trois» – affrontant le même gardien.

**Keypoints offensifs:** Gagner les duels, protection du puck, tirs dans toutes les positions, trouver rapidement le puck, deuxième et troisième efforts, marquer des buts

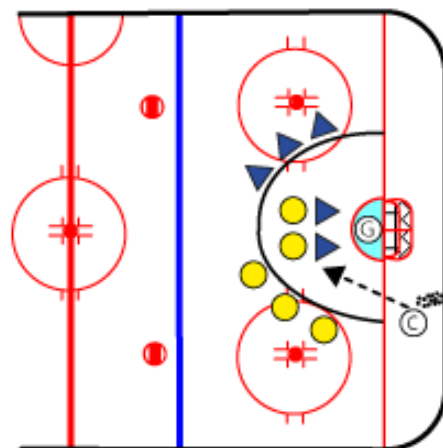
**Keypoints défensifs:** Gagner les duels, rester «inside» (entre l'attaquant et son gardien), contrôle de la palette, trouver rapidement le puck, head up, communication

Deux contre deux sur une surface restreinte, avec gardien. Les autres joueurs forment un mur en arc de cercle autour du but et remettent le puck en jeu.

Lorsque le défenseur récupère le puck, il doit effectuer une tâche précise (par ex. adresser une passe à l'entraîneur placé derrière le but) pour éviter qu'il se débarrasse rapidement du puck.

Changer fréquemment les paires d'attaquants et de défenseurs. Après trois minutes, l'équipe qui attaque défend et vice-versa.

**Challenge:** Quelle équipe marque le plus de buts?



## Variantes

«Un contre un» ou «trois contre trois»

### Progression méthodologique «Le puck dans la compétition»

1. Trois chances de marquer!
2. Les meilleurs gladiateurs!
3. Sois un compétiteur!

Dans chacun de ces trois jeux, les joueurs doivent trouver des solutions pour marquer des buts ou pour empêcher que des buts soient marqués.

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

### Autres jeux

Cartes de jeux de Charly Oppliger et Rolf Altorfer et nombreux petits jeux dans le DVD «Hockey Toolbox» (chapitre «Concept de formation», p. 69-70) à commander à l'adresse [info@swiss-icehockey.ch](mailto:info@swiss-icehockey.ch).

---

Source: Christophe Fellay, expert J+S Hockey sur glace / Charles Oppliger, expert J+S Hockey sur glace



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**