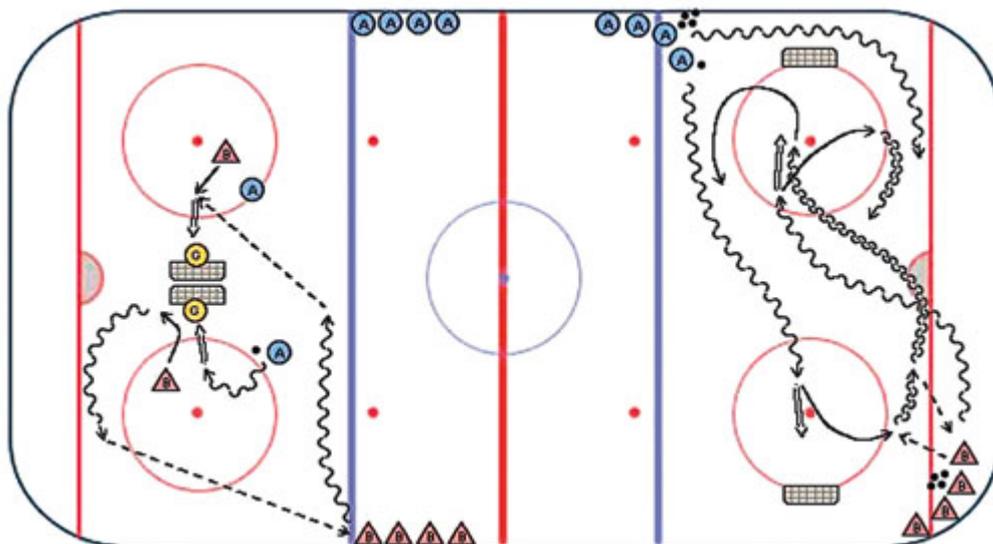


Hockey sur glace: Droit au but

Un exercice différent est organisé dans chacune des zones extérieures. Marquer, défendre et dribbler sont toutefois les mots-clés sur les deux surfaces de jeu.



Dos à

dos (zone gauche): Au début, 2 contre 2 dans la zone latérale. Les deux équipes peuvent marquer dans les deux buts (placés dos à dos au milieu de la zone, possibilité de jouer avec un seul gardien). Un joueur supplémentaire, en attente le long de la bande entre la ligne bleue et la ligne rouge, peut être intégré dans le jeu en lui adressant une passe.

A 3 contre 2, il est interdit d'effectuer une nouvelle passe avant le déroulement d'une action complète dans la zone. Un maximum de cinq joueurs par équipe est autorisé sur le terrain. Suite à un but ou à une longue séquence de jeu, siffler et recommencer à 2 contre 2.

Chassé-croisé (zone droite): 1 contre 0 / 1 contre 1 / 2 contre 1. Le premier joueur patine en direction du but (1 contre 0). Après le tir, il reçoit une passe d'un joueur de l'équipe adverse et lui remet le puck en retrait: situation de 1 contre 1. Après le tir, un troisième joueur entre en jeu depuis l'arrière du but. Le défenseur de l'action précédente redevient attaquant et amorce un 2 contre 1 avec son coéquipier. Tir et fin de la première séquence. Nouveau départ avec l'autre groupe. Comptabiliser les buts.

Variante (chassé-croisé)

Attribuer un but à chacune des deux équipes dans lequel elles doivent marquer.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO