

**ÉLÉMENT CLÉ / ACCENT**
**Rebond**
**GROUPE CIBLE ET PHASE**
**U9 (Phase F2)**

## Cadre pédagogique et objectifs

**Description de l'objectif**

Après leur propre tir au but, les enfants se précipitent rapidement et avec détermination vers le but adverse pour tenter d'exploiter un éventuel rebond. Ils développent ainsi une volonté inconditionnelle et une réelle avidité de marquer un but.

**Teachingpoints**

- Toujours penser au but
- Être actif et vigilant
- Vouloir marquer un but avec une volonté inconditionnelle et de l'avidité
- Garder la canne sur la glace
- Gagner le duel contre la défense
- Faire preuve de Headspeed

**Questions de développement**

- Qu'est-ce qui est le plus important pour que tu aies la possibilité de tirer le rebond ?
- Que fais-tu juste après ton premier tir ?

## INTRODUCTION (8 MIN.)

**Qui a le plus grand appétit ?**

Forme d'introduction


**Forme de base**

Les enfants se placent par deux à une distance d'environ 6 à 7 mètres de la bande. Un enfant tire le puck contre la bande, puis les deux enfants s'élancent aussitôt. Lequel des deux récupère le puck en premier ? Celui qui récupère le puck en premier le tire lui aussi contre la bande.

**Plus facile**

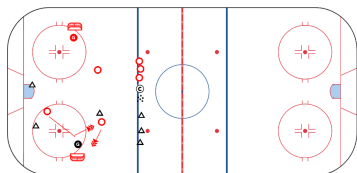
Sans adversaire : tir sur la bande, puis rebond.

**Plus difficile**

L'enfant sans puck démarre en patinant en arrière, face à l'enfant qui tire, et essaie de l'empêcher de récupérer le rebond.

## 3 contre 3 – les buts sur rebond comptent double

Jeu final



### Forme de base

Match en 3 contre 3. Les buts marqués directement sur un rebond comptent double.

### Plus facile

Un enfant de l'équipe qui défend reste dans sa propre moitié offensive et y attend – une situation de surnombre est ainsi créée pour l'équipe qui attaque.

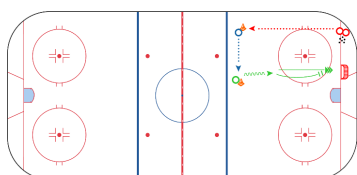
### Plus difficile

Un but ne compte que s'il est marqué directement sur un rebond. Variante alternative : un but ne compte qu'en cas de rebond haut.

## PARTIE PRINCIPALE (4 POSTES, 40 MIN.)

### Carrousel de passes avec rebond

Poste 1



### Forme de base

Les enfants passent toujours le puck à l'enfant suivant (rouge à bleu, bleu à vert). Dès que l'enfant vert reçoit le puck, il effectue rapidement une conclusion dans le but d'exploiter immédiatement un éventuel rebond.

### Plus facile

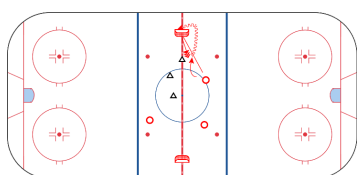
L'entraîneur-e dépose à chaque fois un deuxième puck à environ deux mètres devant le but, de sorte que chaque enfant obtienne dans tous les cas un deuxième tir. Objectif : les enfants se précipitent automatiquement vers le but après le premier tir.

### Plus difficile

L'enfant qui a tiré en dernier passe en défense et essaie d'empêcher un rebond.

### Rebond-Bueblitrick

Poste 2



### Forme de base

On joue sans gardien-ne, les buts sont retournés, c'est-à-dire avec le dos tourné vers le terrain de jeu. Pour marquer un but, il faut d'abord tirer sur l'arrière du but. L'enfant récupère ensuite directement le puck et marque un but dans le but vide à l'aide d'un Bueblitrick.

### Plus facile

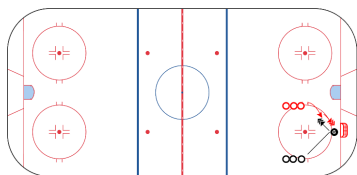
Sans Bueblitrick – il suffit de toucher le puck lors du rebond.

### Plus difficile

Le tir et le Bueblitrick doivent être exécutés par deux enfants différents.

## Rebond

Poste 3



### Forme de base

2 contre 1 : un enfant tire au but. Ensuite, lui-même et le premier enfant du groupe rouge se précipitent immédiatement vers le rebond (comme sur l'image). Un défenseur est prêt et essaie d'éloigner le rebond de la zone dangereuse.

### Plus facile

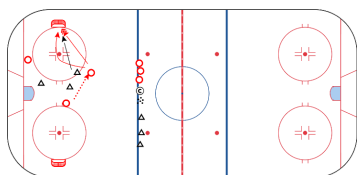
2 contre 0 : un enfant tire au but. Ensuite, lui-même et le premier enfant du groupe rouge se précipitent immédiatement vers le rebond (comme sur l'image).

### Plus difficile

1 contre 1 : l'enfant rouge tire, et l'autre enfant essaie d'éloigner le rebond de la zone dangereuse, ou du moins d'empêcher l'enfant rouge d'obtenir un rebond.

## 3 contre 3 – personne dans le cercle – match sans gardien-ne

Poste 4



### Forme de base

Les buts se trouvent sur la ligne du cercle d'engagement. Aucun enfant – ni en attaque ni en défense – n'a le droit de se tenir dans le cercle ou de participer au jeu à cet endroit. Dès qu'un but est marqué, l'équipe qui attaque essaie de toucher le puck en premier dans le but. Cela rapporte un point supplémentaire.

### Plus facile

L'équipe qui défend joue en infériorité numérique, c'est-à-dire qu'un enfant de l'équipe adverse reste dans la moitié offensive.

### Plus difficile

Avec gardien-ne – l'objectif est d'obtenir un rebond.

Cette planification d'entraînement est un projet. Tes retours sur le contenu, la faisabilité et la mise en page sont les bienvenus. Contacte directement Emanuel Frei : [emanuel.frei@sihf.ch](mailto:emanuel.frei@sihf.ch)