

Contact corporel dans le duel

Forme caractéristique: Disputer les duels avec habileté et fair-play

ÉLÉMENT CLÉ / ACCENT

Contact corporel

GROUPE CIBLE ET PHASE

U9 (Phase F1)

Cadre pédagogique et objectifs

Description de l'objectif

Les enfants font leurs premières expériences de contact corporel et de contacts physiques lors des duels. Ils sont capables de contrôler leurs émotions négatives et se comportent en tout temps de manière fair-play et respectueuse, aussi bien envers l'adversaire qu'envers leur propre équipe.

Teachingpoints

- Garder la canne sur la glace
- Utiliser le Stick to Puck
- Repousser l'adversaire est autorisé, charger ne l'est pas

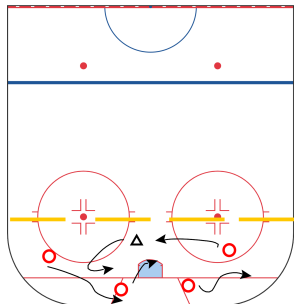
Questions de développement

- Comment utilises-tu correctement ton corps pour gagner le puck ?
- Comment fais-tu pour protéger le puck avec ton corps ?
- Qu'est-ce qui t'aide à ne pas te mettre en colère quand tu perds sans cesse le puck ?

INTRODUCTION (8 MIN)

Chat perché sur petit terrain

Forme d'introduction



Forme de base

Jeu de chat perché sur un terrain réduit, à proximité de la bande. On joue avec une balle ou un dé. L'enfant touché (touché par la balle tenue en main, pas par un lancer) reçoit la balle et devient à son tour le chat.

Plus facile

Augmenter le nombre de chats.

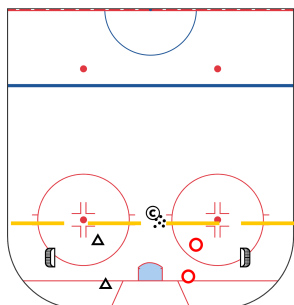
Plus difficile

Agrandir le terrain, ce qui rend le contact corporel plus difficile à établir.

RETOUR AU CALME (8 MIN)

2:2 petit terrain

Jeu final



Forme de base

2:2 sur petit terrain avec beaucoup de contact corporel.

Plus facile

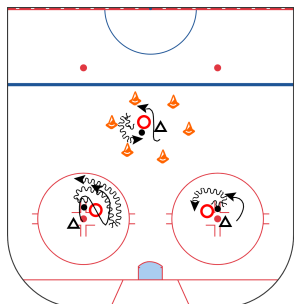
Éloigner davantage les buts l'un de l'autre.

Plus difficile

Jouer uniquement sur un seul but.

Protéger le puck

Poste 1



Forme de base

1:1 dans les cercles d'engagement. L'enfant en possession du puck essaie de le protéger avec son corps et de l'utiliser comme un bouclier. Chaque shift dure environ 30 secondes.

Plus facile

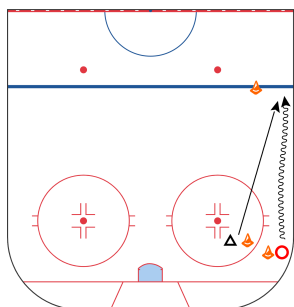
L'enfant adverse tient sa canne à l'envers.

Plus difficile

Délimiter un petit carré avec des pylônes ; l'enfant doit y protéger le puck avec son corps pendant 30 secondes.

Fermer la porte du garage

Poste 2



Forme de base

Course en 1:1. L'enfant A essaie d'atteindre la ligne bleue le long de la bande. L'enfant B essaie de « fermer la porte » en repoussant l'enfant A vers la bande. Les charges ne sont pas autorisées.

Plus facile

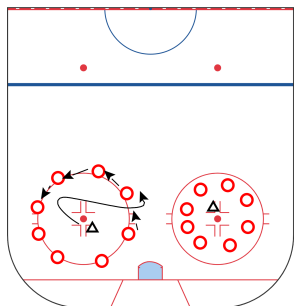
L'enfant B bénéficie d'une avance.

Plus difficile

L'enfant A peut aussi se diriger vers le centre.

Gardiens de prison

Poste 3



Forme de base

Les gardiens essaient de garder le voleur dans la prison. Sans cannes, ils utilisent leur corps pour fermer les brèches. Le voleur essaie de s'échapper. Les charges ne sont pas autorisées.

Plus facile

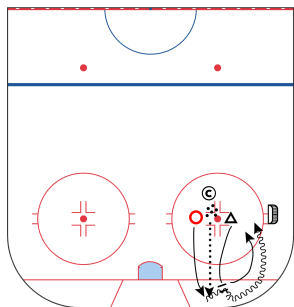
Plusieurs voleurs, moins de gardiens.

Plus difficile

Réduire le cercle et fermer les brèches plus étroitement.

Pression par derrière

Poste 4



Forme de base

1:1. L'entraîneur-e envoie le puck contre la bande. L'enfant A va le chercher et est poursuivi par l'enfant B. L'enfant B essaie de couper la route du but à l'enfant A. Près de la bande, on freine dès que l'on aperçoit le dos de l'enfant adverse (« je freine quand je vois le dos de l'enfant devant moi, près de la bande »).

Plus facile

Augmenter la distance entre les enfants au départ et élargir le chemin vers le but.

Plus difficile

Faire démarrer les enfants plus proches l'un de l'autre.