



Donner une passe : push-pull et give-and-go

Forme caractéristique: Rester en possession du puck et trouver des solutions adaptées à la situation

ÉLÉMENT CLÉ / ACCENT

Donner une passe

GROUPE CIBLE ET PHASE

U12 (Phase F2/F3)

Cadre pédagogique et objectifs

Description de l'objectif

Les enfants passent le puck côté coup droit grâce à un mouvement de push-pull, se partagent le puck avec créativité et le cachent habilement à l'adversaire. Ils réceptionnent la passe en mouvement côté coup droit de manière contrôlée, sans que le puck ne rebondisse sur la palette (amortissement).

Teachingpoints

- Mains éloignées du corps
- Créer de la pression sur la palette
- La main du haut tire vers l'épaule, la main du bas pousse vers l'avant et vers le bas
- Head up en passant
- Maintenir la tension corporelle
- Fermer légèrement la palette lors de la passe (« petit toit » au-dessus du puck)

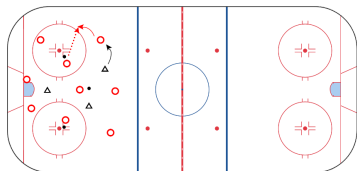
Questions de développement

- Comment crées-tu un effet de catapulte avec ta canne ?
- Pourquoi est-il important que la palette soit légèrement fermée au moment de la passe ?
- Es-tu plus rapide que le puck ?
- Qui est le plus important : l'enfant avec le puck ou l'enfant sans puck ?

INTRODUCTION (8 MIN.)

Chat perché avec passes

Forme d'introduction



Forme de base

Les enfants se font des passes et essaient d'échapper aux chasseuses et chasseurs désignés. Grâce à une réception propre et en gardant le puck sous contrôle sur leur canne, ils sont « safe ».

Plus facile

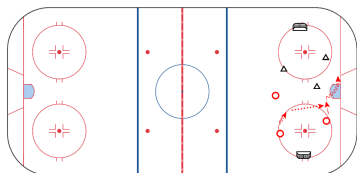
Moins de chasseuses et chasseurs, espace plus grand.

Plus difficile

Plus de chasseuses et chasseurs, jouer des passes en Flip. Le puck ne doit pas être dribblé, mais gardé calme.

Jeu final – les passes sont récompensées

Jeu final



Forme de base

Les enfants jouent trois contre trois. Les points ne sont attribués qu'en cas de but marqué ensuite : un but après une passe compte deux points, un but après deux passes consécutives compte trois points.

Plus facile

L'équipe défensive joue avec les cannes tenues à l'envers (changement de rôle au coup de sifflet de l'entraîneur-e). L'équipe défensive joue en infériorité numérique.

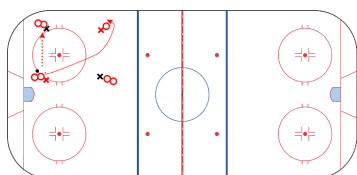
Plus difficile

Exiger et récompenser les doubles passes. Forcer le Give and Go.

PARTIE PRINCIPALE (4 POSTES, 40 MIN.)

Give and go dans le carré

Poste 1



Forme de base

Les enfants se passent le puck dans le sens des aiguilles d'une montre, mais poursuivent ensuite en diagonale (Give and Go).

Plus facile

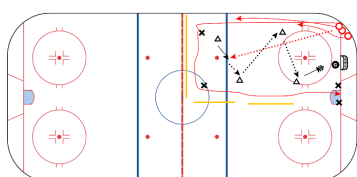
Réduire la distance entre les enfants.

Plus difficile

Augmenter la distance entre les enfants. Jouer des doubles passes en gardant le puck calme.

Baseball

Poste 2



Forme de base

Deux équipes s'affrontent. L'équipe « Triangle » doit réaliser cinq passes (passe et réception en mouvement) et marquer un but. L'équipe « Cercles » démarre en même temps et essaie de faire un tour complet en patinant.

Plus facile

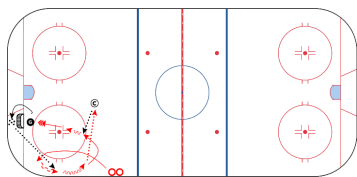
Jouer les passes à l'arrêt.

Plus difficile

N'autoriser que les passes directes. Un enfant (ou plusieurs) de l'équipe « Cercles » gêne l'équipe « Triangle » dans ses passes.

Passe du goalie + Open-up

Poste 3



Forme de base

Le goalie démarre derrière le but, tandis qu'un enfant se démarque en même temps le long de la bande (Open-up). Le goalie joue la première passe. L'enfant joue ensuite un double-passe avec l'entraîneur-e puis conclut.

Plus facile

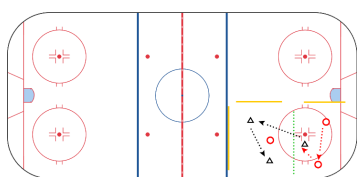
L'enfant freine à hauteur des hashmarks, réceptionne la passe à l'arrêt, joue une passe à l'arrêt vers l'entraîneur-e et ne se déplace qu'après.

Plus difficile

Pression du forecheck de l'entraîneur-e. Imposer une passe backhand ou forehand.

2 x 2 vs 1

Poste 4



Forme de base

Deux enfants (cercles) essaient de se faire le plus de passes possible face à un enfant (triangle). L'enfant dans le rôle du triangle essaie de récupérer le puck et de le passer de l'autre côté. Les passes réussies comptent comme des points.

Plus facile

Agrandir le terrain de jeu.

Plus difficile

Jouer en 2 x 3 contre 2.

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