

Objectifs :

- MAHG 3 : Respecter les règles dans un jeu.
- MAHG 4 : Relever des défis, faire preuve de persévérance.

Description de l'exercice :

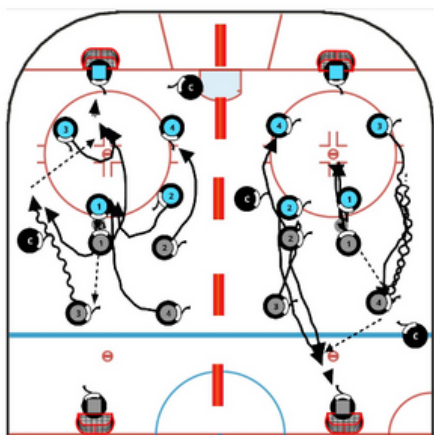
Mini-match à trois ou quatre joueurs par équipe. Effectuer une rotation des joueurs chaque minute, sans arrêter le jeu. Favoriser le plaisir de jouer dans un contexte libre où les joueurs peuvent explorer et créer sans contrainte. Le jeu en espace restreint favorise le développement des habiletés techniques, du contrôle de la rondelle sous pression et de la prise de décision dans des contextes dynamiques où les joueurs sont constamment impliqués dans l'action.



Jeu dirigé

Matériel :

- Cônes
- Marqueur
- Rondelles
- Buts

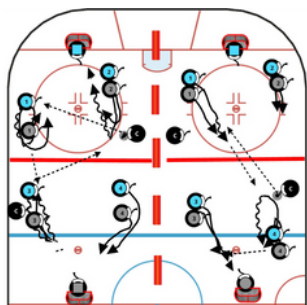


Conseils de l'entraîneur-maître :

- Laisser les joueurs jouer sans trop intervenir, tout en demeurant vigilant et impliqué.
- Valoriser le plaisir et l'engagement plus que la performance.
- Encourager les essais, les passes créatives et les prises de risque.
- Intervenir sur l'importance des rôles : chasseur, surveillant, porteur, non-porteur.

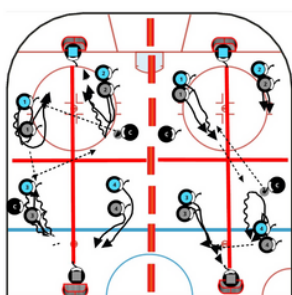
Variantes :

- Chaque équipe dispose d'un entraîneur «joker» comme support en zone défensive. Le joker est immobile et situé sur le côté de la zone. Lorsqu'il reçoit la rondelle, il doit la remettre à un joueur de son équipe pour faciliter la transition vers l'offensive.



Progression 2 :

Diviser la surface de jeu en deux zones à l'aide d'une ligne centrale, de manière à créer deux situations de deux contre deux. Les joueurs ne peuvent pas changer de zone.



Progression 3 :

Diviser la surface de jeu en quatre zones à l'aide d'une ligne centrale sur la largeur et sur la longueur de la surface, de manière à créer quatre situations d'un contre un. Les joueurs ne peuvent pas changer de zone.