

Objectifs :

- MAHG 1 : Passer la rondelle vers une cible à l'avant.
- MAHG 1 : Respecter les consignes dans le cadre d'un jeu.
- MAHG 2 : Passer et tirer la rondelle de face et de côté en position statique pour atteindre une cible.

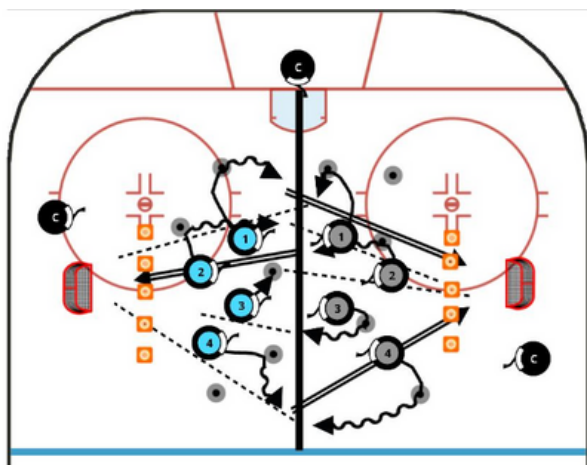
Description de l'exercice :

L'entraîneur initiation forme deux équipes séparées par une ligne de crayon. Les joueurs marquent des points en tirant des rondelles vers les cibles de l'adversaire (cinq à six cônes et un but). Pour chaque objet touché ou but marqué, l'équipe obtient 1 point. Recommencer une nouvelle partie toutes les 3 minutes. Chaque équipe compte cinq rondelles pour débiter. Cet exercice initie les joueurs à la notion de territoires, d'attaque et de défensive. Les joueurs doivent protéger leur but et leur zone en récupérant les rondelles libres et attaquer celui de l'adversaire en visant les cibles lorsqu'ils ont la rondelle.



Jeu collectif

Matériel : • Cônes • Marqueur • Rondelles • Buts



Conseils de l'entraîneur-maître :

- Amener les joueurs à s'approcher de la ligne pour tirer.
- Circuler dans le jeu pour orienter les joueurs vers les cibles disponibles.
- Les joueurs demeurent debout en tout temps.
- Placer un entraîneur initiation ou un aide à chaque extrémité pour empêcher les rondelles de sortir.

Variantes :

- Même jeu, mais placer 1 rondelle sur 1 ou 2 cônes. Si la rondelle tombe, accorder 2 points.
- Placer des défenseurs devant les cibles à atteindre afin de les protéger. Les rôles sont définis.