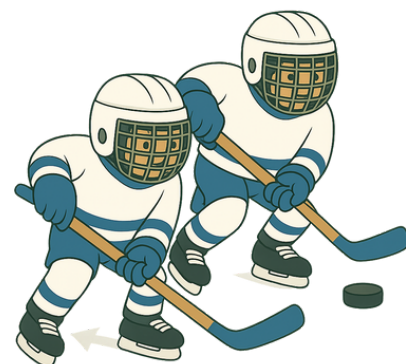


Objectifs :

- MAHG 3 : Passer et tirer la rondelle vers différentes cibles lorsqu'en mouvement vers l'avant.
- MAHG 4 : Faire progresser l'attaque en passant à un coéquipier démarqué (porteur) et en se déplaçant dans un espace libre pour recevoir une passe (non-porteur).

Description de l'exercice :

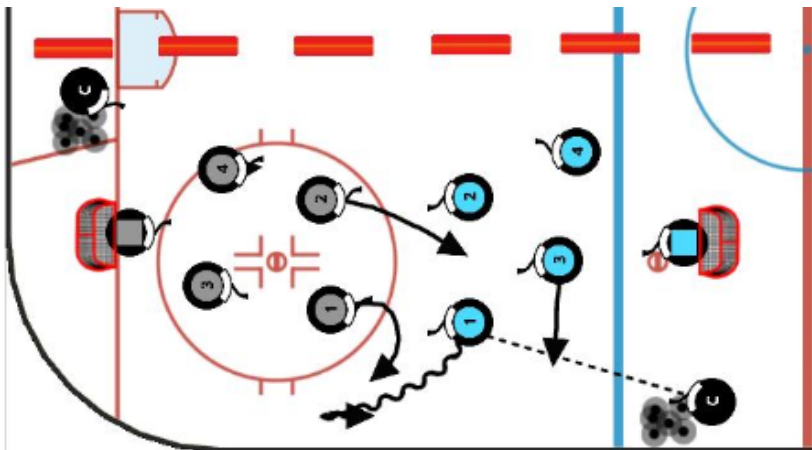
Mini-match à quatre contre quatre sur 1/4 de glace. Avant de pouvoir lancer au but, une équipe doit compléter trois passes consécutives sans que la rondelle soit touchée par l'autre équipe. L'exercice permet de mettre l'accent sur les passes en situation de jeu et sur le démarquage des non-porteurs.



Jeu collectif

Matériel :

- Rondelles
- Buts

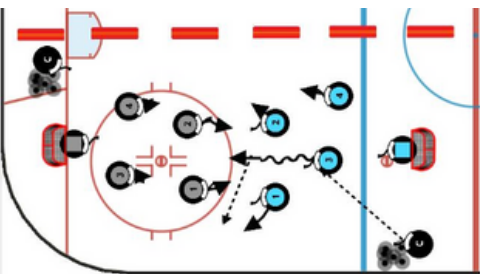


Conseils de l'entraîneur-maître :

- Au besoin, compter les passes à voix haute pour que les joueurs entendent.
- Insister sur le démarquage constant des non-porteurs pour ouvrir des lignes de passes.
- Valoriser les passes courtes pour garder possession.
- Demander aux joueurs de garder la tête levée pour anticiper leurs options lorsqu'ils n'ont pas la rondelle.
- Adapter l'exercice en réduisant ou augmentant le nombre de passes exigées selon le niveau du groupe.

Variantes :

- Changer le nombre de passes à compléter avant un tir.



Progression 2 :

Le record : Le nombre de passes minimum à compléter augmente d'un chaque fois que l'équipe réussit une série qui se termine par un tir. L'entraîneur doit s'assurer d'annoncer aux joueurs le nombre de passes requis pendant le déroulement du jeu. À la fin du jeu, l'équipe qui a réussi la plus longue série l'emporte. Au besoin, faire progresser individuellement chaque équipe pour équilibrer le niveau de difficulté. Cette progression permet d'augmenter le niveau de difficulté graduellement pendant le jeu.