

HOCKEY SUR GLACE : LIVRET DE L'ENSEIGNANT

Coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires, en respectant des règles, en assurant des rôles différents (attaquant, défenseur, arbitre).

Compétences / Verbes d'action

En attaque			En défense		
Conserver le palet Passer, se démarquer et recevoir	Progresser vers la cible	Marquer	Reprendre le palet	Ralentir la progression de l'adversaire	Empêcher de marquer
<i>Passer et recevoir le palet à l'arrêt</i>	<i>Conduire le palet</i>	<i>Marquer seul sans opposition</i>	<i>Intercepter la balle en un contre un</i>		
La rivière aux crocodiles (F4)	La course au trésor (F1)	Le pousse ballon (F2) Le relais but (F3)	Le gardien du château (F5) A moi ! (F7) Les déménageurs (F8) Le 1 contre 1 vers le but (F9)		
<i>Passer et recevoir le palet en mouvement</i>	<i>Dribbler un adversaire</i>	<i>Marquer seul avec opposition</i>	<i>Occuper l'espace</i>		
Le gardien du château (F5) La passe à 2 (F6)	A moi ! (F7) Les déménageurs (F8)	Le 1 contre 1 vers le but (F9)	La rivière aux crocodiles (F4) Le 2 contre 1 vers un but (F10) Les sorciers (F11) Remplir le but (F12)		
<i>Passer le palet à un partenaire démarqué Se démarquer pour recevoir le palet</i>	<i>Utiliser le dribble ou la passe selon la situation de jeu.</i>	<i>Marquer à plusieurs avec opposition</i>	<i>Intercepter le palet et relancer</i>		
Remplir le but (F12)	Les sorciers (F11)	Le 2 contre 1 vers un but (F10) La balle au roi (F13)	La balle au roi (F13)		
La situation de référence : 4 contre 4 (F14)					



NOM : _____ **Prénom :** _____

Classe : _____ **Ecole :** _____



Mes compétences en hockey sur glace

A/ En tant que joueur :

1/ J'attaque pour marquer en faisant le ou les bons choix :

2/ Je défends pour intercepter et récupérer le palet :

Comme porteur du palet

Comme non porteur du palet

Sur les non porteurs du palet

Sur le porteur du palet

Je contrôle le palet

Je fais une passe

Je conduis le palet

Je dribble

Je tire

Je me démarque

Je réduis les possibilités de passes

J'empêche la progression des joueurs en défendant une zone ou sur un joueur

J'empêche la progression du joueur

Je protège mon but pour empêcher de marquer

4/ Je sais changer de rôle avec efficacité (rapidité, prise de décision, bon choix pour la relance ou la défense)

Dès la récupération du palet, je m'organise pour attaquer dans les meilleures conditions

Dès la perte du palet, je m'organise pour défendre dans les meilleures conditions

5/ Je connais et je respecte les règles en tant que joueur

B/ En tant qu'arbitre, organisateur :

1/ J'arbitre

2/ J'organise

Je connais les règles et je les fais respecter

Je remplis une feuille de match, je gère le temps, je donne des informations pendant et après le jeu

Je prends des décisions, je les justifie, je les fais respecter

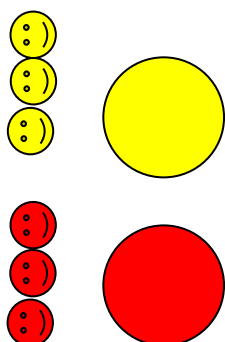
J'organise avec des camarades un tournoi sous forme de championnat ou de coupe

En attaque : progresser vers la cible
Conduire le palet

LA COURSE AU TRESOR

Compétences :

Conduire le palet



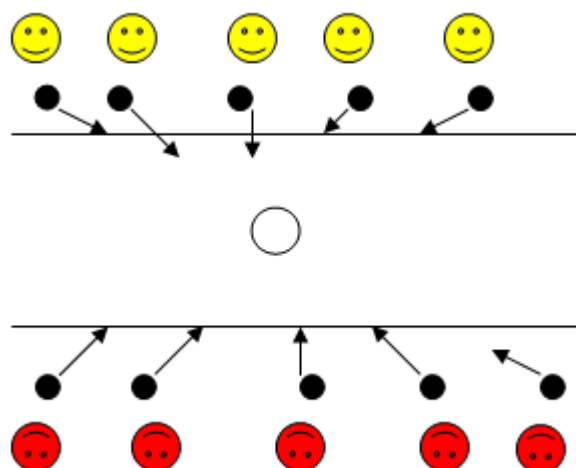
OBJECTIFS	Conduire le palet sans le perdre
BUT	Ramener le plus de palets possibles dans son camp
DISPOSITIF	Les joueurs divisés en 2 équipes doivent traverser le terrain et ramener les palets dans leur camp.
CONSIGNES	« Au signal, vous devez aller chercher les palets et les ramener dans votre camp, le plus vite possible. Vous ne devez transporter qu'un palet à la fois »
CRITERES DE REUSSITE	Avoir ramené plus de palet que les adversaires
MATERIEL	2 cerceaux, environ 3 palets pour chaque joueur
VARIANTES	Augmenter les distances Mettre des obstacles Ajouter un ou des défenseurs

En attaque : marquer
Marquer seul sans opposition

LE POUSSE BALLON

Compétences :

Tirer, atteindre une cible



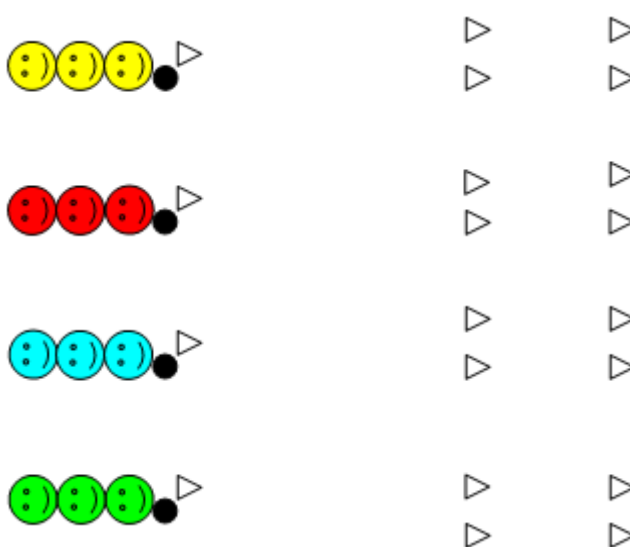
OBJECTIFS	Améliorer la frappe du palet, en force et en précision.
BUT	Pousser le ballon
DISPOSITIF	Groupes de 2 fois 5 enfants répartis sur plusieurs ateliers. Frapper les palets afin de pousser un ballon.
CONSIGNES	« Au signal, vous devez tirer dans le ballon afin de le pousser dans le camp adverse. Vous devez rester dans votre camp. »
CRITERES DE REUSSITE	Avoir poussé le ballon dans le camp adverse.
MATERIEL	3 ballons, 1 palet par élève
VARIANTES	Augmenter le nombre de ballons. Augmenter la distance de lancer.

En attaque : marquer
Marquer seul sans opposition

LE RELAIS BUT

Compétences :

Marquer un but en roulant



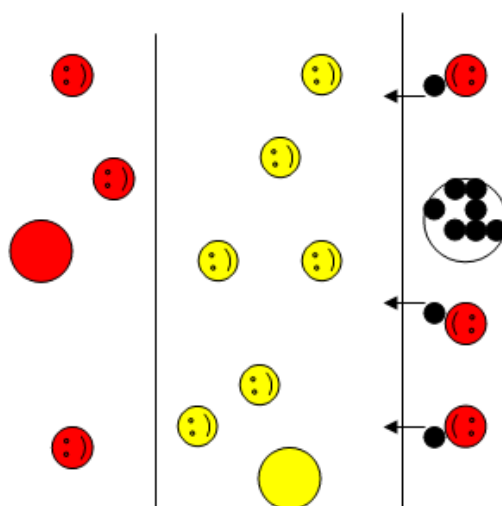
OBJECTIFS	Tirer avec précision en roulant
BUT	Gagner la course
DISPOSITIF	Les élèves sont répartis en équipes de 5. Sous forme de relais, ils doivent marquer, récupérer le palet et le donner au suivant.
CONSIGNES	« Au signal, vous devez avancer avec le palet, arrivés au niveau des plots, tirer pour marquer un but. Quand le but est inscrit, vous pouvez récupérer le palet et le donner à votre partenaire »
CRITERES DE REUSSITE	Tirer avec précision, aller plus vite que les autres.
MATERIEL	5 plots et un palet par équipe
VARIANTES	Ajouter un slalom

En attaque : passer, se démarquer et recevoir

Passer et recevoir le palet à l'arrêt

En défense : reprendre le palet, empêcher de marquer

Occuper l'espace

LA RIVIERE AUX CROCODILES**Compétences :****Recevoir et passer le palet à l'arrêt**

OBJECTIFS	Passer le palet fort et précisément
BUT	Pour les attaquants (en rouge), faire passer le plus de palets d'un camp à l'autre sans se les faire prendre.
DISPOSITIF	Le terrain est délimité en 3 zones avec une rivière au milieu. Les crocodiles (en jaune) tentent d'intercepter les palets et les stockent dans leur réserve.
CONSIGNES	« Au signal, les rouges doivent faire passer les palets de l'autre côté, les jaunes doivent tenter de les intercepter. »
CRITERES DE REUSSITE	Avoir plus de palets que les adversaires
MATERIEL	3 cerceaux et environ 10 palets pour chaque atelier
VARIANTES	Varier le nombre de crocodiles Varier la taille de la rivière

En attaque : passer, se démarquer et recevoir

Passer et recevoir le palet en mouvement

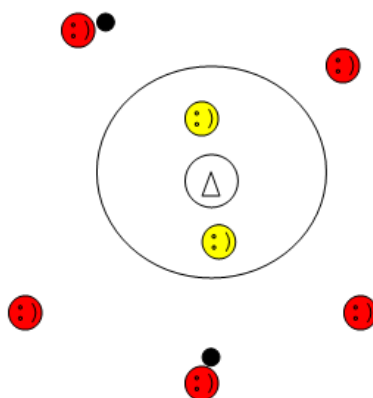
En défense : reprendre le palet, empêcher de marquer

Occuper l'espace

LE GARDIEN DU CHATEAU

Compétences :

Se faire des passes en mouvement



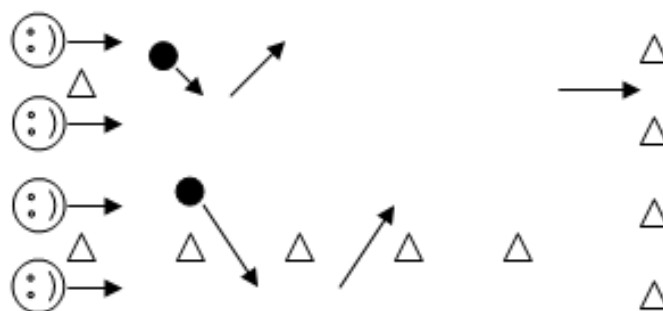
OBJECTIFS	Améliorer l'attaque en se faisant des passes
BUT	Détruire le château
DISPOSITIF	Les attaquants (en rouge) tentent en se faisant des passes de renverser le plot. Les défenseurs (en jaune) essaient de les en empêcher. Chacun reste dans sa zone.
CONSIGNES	« Au signal, les rouges doivent faire tomber le plot des jaunes en tirant dessus. Chaque équipe doit rester dans son camp. »
CRITERES DE REUSSITE	Maîtriser les passes, les interceptions et les contrôles de palet. Savoir marquer et se démarquer. Viser, tirer avec précision et puissance.
MATERIEL	1 plot et 2 palets par atelier, des plots
VARIANTES	Varié le nombre de palets et de plots. Augmenter les distances.

En attaque : passer, se démarquer et recevoir
Passer et recevoir le palet en mouvement

LA PASSE A 2

Compétences :

A 2, traverser le terrain en se faisant des passes



OBJECTIFS	Améliorer la technique de passes.
BUT	Se déplacer en coopérant.
DISPOSITIF	Les élèves par 2 doivent traverser le terrain en se faisant des passes « libres », puis entre des plots et marquer un but.
CONSIGNES	« Au signal, vous devez avancer avec le palet, en vous faisant des passes puis marquer un but »
CRITERES DE REUSSITE	Faire des passes précises, ne pas perdre la balle.
MATERIEL	1 palet pour 2 et des plots
VARIANTES	Le faire sous forme de course ou de relais.

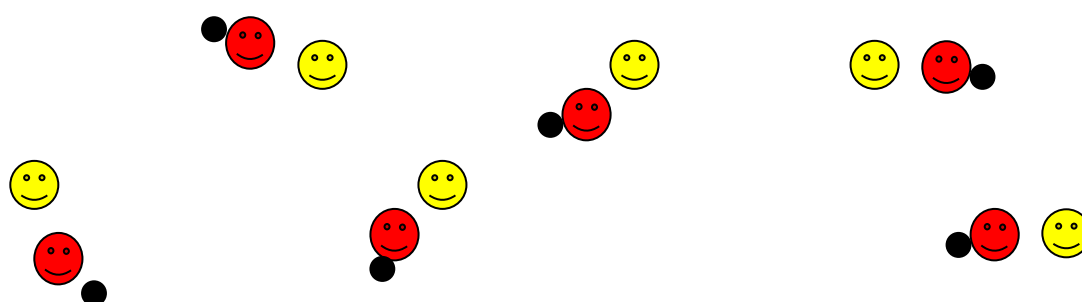
En attaque : progresser vers la cible
Dribbler un adversaire

En défense : reprendre le palet
Intercepter le palet en 1 contre 1

A MOI !

Compétences :

Prendre le palet et le conserver individuellement



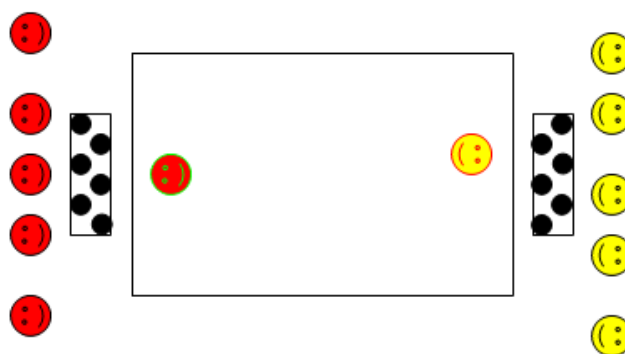
OBJECTIFS	Développer la technique de dribble, de protection et de récupération du palet.
BUT	Conserver, récupérer le palet et se déplacer avec.
DISPOSITIF	Les élèves sont par deux et n'ont qu'un seul palet. Le « propriétaire » du moment se promène en le poussant, suivi de son adversaire. Au signal, ce dernier essaie de s'emparer du palet et chacun, en le poussant, le protégeant ou en dribblant tente de le conserver.
CONSIGNES	« Au signal, ceux qui ont le palet, le protègent, les autres tentent de le récupérer. »
CRITERES DE REUSSITE	Savoir protéger et récupérer le palet
MATERIEL	1 palet pour 2 joueurs
VARIANTES	Mettre les joueurs par 3

En attaque : progresser vers la cible

Dribbler un adversaire

En défense : reprendre le palet

Intercepter la balle en 1 contre 1

LES DEMENAGEURS**Compétences :****Conduire le palet, la protéger, la récupérer**

OBJECTIFS	Maîtriser la conduite du palet, dribbler, récupérer le palet de l'adversaire
BUT	Vider son camp
DISPOSITIF	Chaque élève prend un palet à la fois dans son camp et doit le porter dans le camp adverse. Chaque équipe a un épervier reconnaissable qui peut prendre le palet à ses adversaires pour le remettre dans le camp opposé.
CONSIGNES	« Au signal, vous devez prendre un palet et le déposer dans le camps adverse en évitant l'épervier qui peut vous le prendre.»
CRITERES DE REUSSITE	Conduire le palet dans le camp adverse le plus vite possible. Pour l'épervier gêner les joueurs adverses.
MATERIEL	12 palets par atelier
VARIANTES	Constituer des équipes plus petites (2 ou 3 enfants). Augmenter le nombre de palets, le nombre d'éperviers et la surface de l'espace d'action. Encombrer l'espace d'action.

En attaque : marquer
Marquer seul avec opposition

En défense : reprendre le palet, empêcher de marquer
Intercepter le palet en un contre un

LE 1 CONTRE 1 VERS UN BUT

Compétences :

Progresser vers le but à 1 contre 1



OBJECTIFS	Améliorer la technique de dribble Travailler la défense
BUT	Marquer un but, empêcher de marquer
DISPOSITIF	L'attaquant (en rouge) tente de dribbler et d'aller marquer. Le défenseur (en jaune) essaie de l'en empêcher. Il y a 3 trajectoires possibles. Lorsque les joueurs ont tenu les 2 rôles, ils changent de place.
CONSIGNES	« Au signal, le joueur désigné avance avec le palet et tente de dribbler son adversaire pour marquer un but, le défenseur tente de l'empêcher. »
CRITERES DE REUSSITE	Le but est marqué / le but n'est pas marqué
MATERIEL	1 palet pour 2
VARIANTES	Le défenseur défend sans crosse (facilitateur). Il se déplace seulement en marche arrière.

En attaque : marquer
Marquer à plusieurs en opposition

En défense : reprendre le palet, empêcher de marquer
Occuper l'espace

LE 2 CONTRE 1 VERS UN BUT

Compétences :

Progresser vers le but à 2 contre 1



OBJECTIFS	Améliorer la technique de passe et le démarquage. Travailler la défense
BUT	Marquer un but, empêcher de marquer
DISPOSITIF	Les 2 attaquants (en rouge) tentent en se faisant des passes d'aller marquer un but. Le défenseur (en jaune) essaie de les en empêcher .A chaque passage, les élèves changent de place.
CONSIGNES	« Au signal, vous devez avancer avec le palet, en vous faisant des passes puis marquer un but, le défenseur tente de vous en empêcher.»
CRITERES DE REUSSITE	Faire des passes précises, ne pas perdre le palet et marquer.
MATERIEL	1 palet pour 3 et 2 plots
VARIANTES	Le défenseur défend sans crosse (facilitateur). Il se déplace seulement en marche arrière.

En défense : reprendre le palet, empêcher de marquer

Occuper l'espace

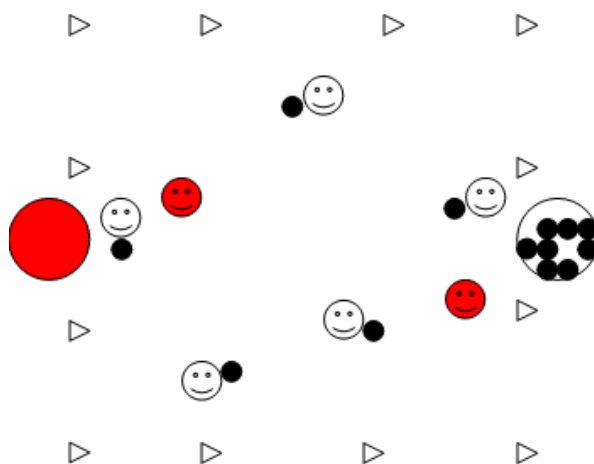
En attaque : progresser vers la cible

Utiliser le dribble ou la passe selon la situation de jeu

LES SORCIERS

Compétences :

Seul ou plusieurs face à des adversaires, gêner leur progression



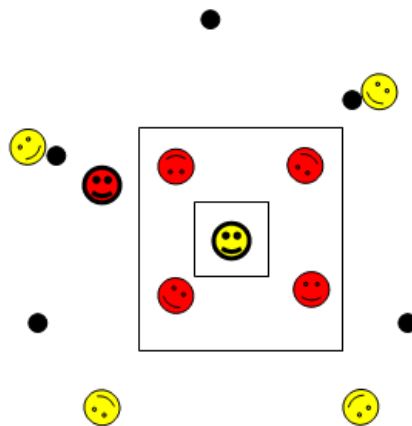
OBJECTIFS	Prendre le palet à un adversaire.
BUT	Les sorciers doivent récupérer un maximum de palets en un temps limité (2 minutes).
DISPOSITIF	Les gazelles se déplacent avec un palet dans un espace délimité. Les sorciers doivent prendre les palets.
CONSIGNES	« Au signal, les gazelles doivent se déplacer avec leur palet, les éperviers essaient de leur prendre pour les ramener dans leur camp. Les gazelles qui n'ont plus de palet vont en reprendre un dans leur réserve. »
CRITERES DE REUSSITE	Récupérer le plus de palets possibles.
MATERIEL	3 palets par joueur
VARIANTES	Augmenter le nombre de sorciers. Varier la taille du terrain.

En attaque : passer, se démarquer et recevoir

Passer le palet à un partenaire démarqué, se démarquer pour recevoir le palet

En défense : Ralentir la progression de l'adversaire

Occuper l'espace

REEMPLIR LE BUT**Compétences :****Faire partie d'une équipe et s'engager physiquement dans le jeu**

OBJECTIFS	Améliorer l'attaque et la défense.
BUT	Pour les attaquants (en jaune) mettre toutes les palets dans la zone centrale.
DISPOSITIF	Les attaquants restent à l'extérieur de la zone de défense et envoient les palets au « ramasseur » 😊 qui doit les réceptionner, les défenseurs dans leur zone tentent de les en empêcher, le chien 😞 à l'extérieur en fait de même.
CONSIGNES	« Pendant 3 mn, les attaquants doivent donner le plus de palets possibles au ramasseur, les défenseurs et le chien tentent de les en empêcher. »
CRITERES DE REUSSITE	Faire des passes précises, ne pas perdre le palet. Bloquer les passes.
MATERIEL	1 palet pour 2.
VARIANTES	Augmenter ou diminuer le nombre de palets, les espaces de jeu et le nombre de défenseurs ou d'attaquants.

En attaque : progresser vers la cible, marquer

Marquer à plusieurs avec opposition

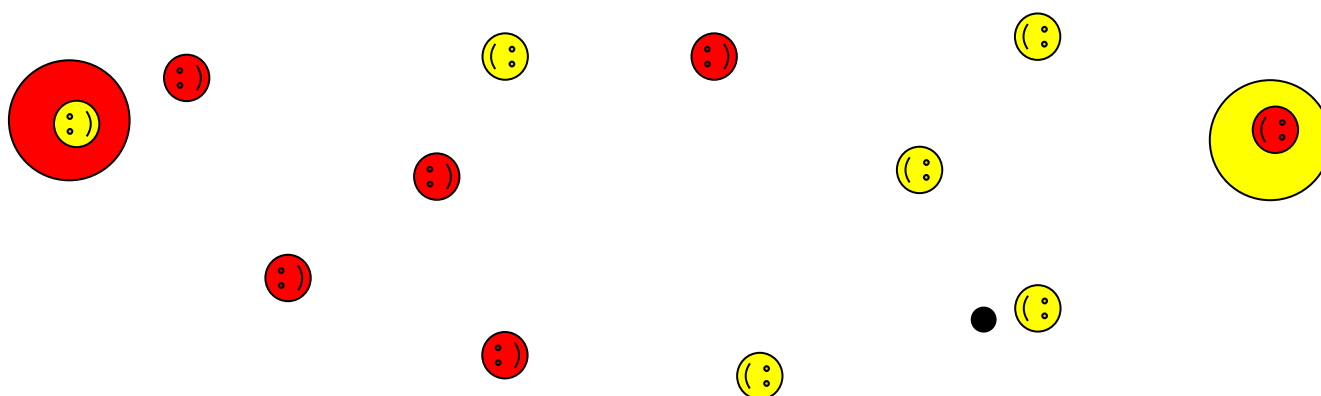
En défense : reprendre le palet, empêcher de marquer

Intercepter la balle et relancer

LA BALLE AU ROI

Compétences :

Attaquer et défendre



OBJECTIFS	Jouer en équipe
BUT	Marquer plus de points que l'équipe adverse.
DISPOSITIF	Chaque équipe a un roi dans un cercle, il faut lui faire une passe pour marquer 1 point.
CONSIGNES	« Au signal, les joueurs qui sont en possession du palet doivent aller faire une passe à leur roi. Les autres tentent de les en empêcher. S'ils récupèrent le palet, les rôles sont inversés. »
CRITERES DE REUSSITE	Gagner le « match »
MATERIEL	1 palet
VARIANTES	Augmenter ou diminuer l'espace.

SITUATION DE REFERENCE**4 CONTRE 4****Compétences :**

**Faire partie d'une équipe et s'engager physiquement dans le jeu
(situation de référence)**



OBJECTIFS	S'approcher du jeu réel. Evaluer les progrès.
BUT	Marquer plus de buts que l'équipe adverse.
DISPOSITIF	Situation de match de 7 mn, opposition à 4 contre 4 sur des 1/3 de terrains avec des buts sans zone ni gardien.
CONSIGNES	« Vous devez jouer contre l'équipe adverse en respectant les règles suivantes : ne pas lever la crosse, ne pas jouer avec les mains et les pieds ou si vous êtes tombés, ne pas pousser les autres. »
CRITERES DE REUSSITE	Gagner le match
MATERIEL	3 terrains, 6, buts, 3 palets