



# ÉDUCATIF DE LA SEMAINE

- Clinique de gardiens CRSA -

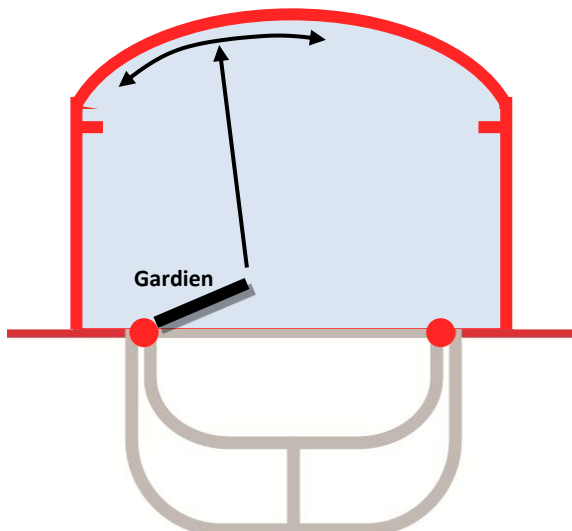
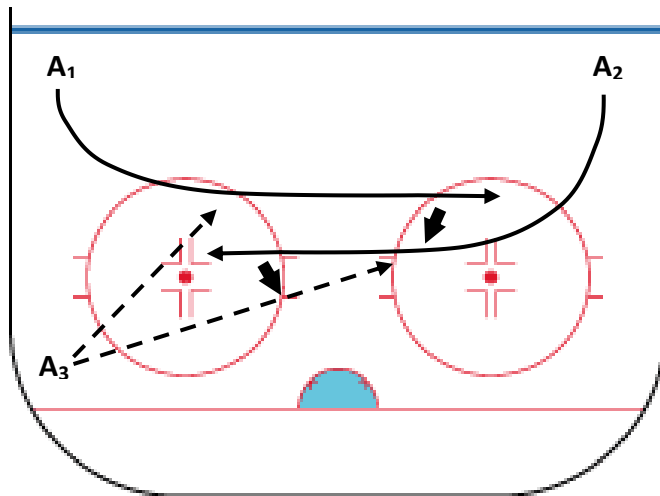


<b>Question :</b>	Comment réussir à bien situer où est mon but derrière moi ? Suis-je centré ? Suis-je bien avancé ?
-------------------	--

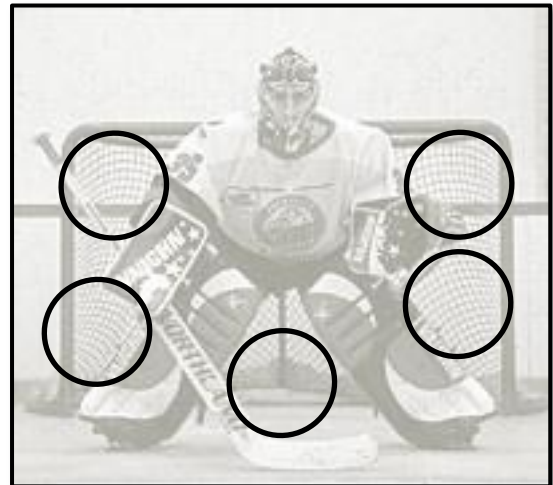
*Date : 11 / 02 / 2013*

<b>Thème :</b>	Perception spatiale
<b>Objectif :</b>	Réussir à bien situer son but derrière soi sans avoir à le regarder directement. Utiliser les différents repères visuels sur la glace pour se situer précisément.

## Déroulement sur glace :



## Zone de développement ciblée :



## Légende des symboles :

- ↓ : Tir au but
- ↓ : Déplacements (gardien ou attaquant)
- A : Attaquant
- ↓ : Passe

## **EXPLICATIONS :**

- ✓ A<sub>3</sub> est en possession des rondelles.
- ✓ A<sub>1</sub> et A<sub>2</sub> doivent couper latéralement devant le but, en croisé, à deux distances différentes du but.
- ✓ Au moment où A<sub>1</sub> et A<sub>2</sub> démarrent le jeu, A<sub>1</sub> effectue une passe à 1 des 2 attaquants.
- ✓ L'attaquant qui reçoit la rondelle peut tirer au but immédiatement ou la transporter un peu avant d'effectuer son tir.
- ✓ L'attaquant qui n'a pas reçu la passe doit aller au but pour y jouer le rebond.

Effectuer 6 séquences de ce jeu. Changer A<sub>1</sub> de côté par la suite.

## **Critères de RÉUSSITE :**

- ✓ Avoir un excellent positionnement au poteau au départ (pieds à 45° par rapport à la ligne des buts).
- ✓ Avoir les attaquants A<sub>1</sub> et A<sub>2</sub> dans son champ de vision périphérique pour évaluer leur déplacement.
- ✓ Suivre la passe à l'aide d'une bonne poussée puissante et tenter d'arriver avant le tir.
- ✓ Si l'attaquant se déplace avec la rondelle, il faut le suivre en déplacements courts (latéraux).
- ✓ Tenter d'atteindre le haut de son ½-cercle des buts pour couvrir le maximum d'espace.
- ✓ Adopter une position de base agressive et très fléchie au moment du tir.

## **VARIANTES de l'éducatif :**

- ✓ Positionner les deux attaquants qui coupent devant le but du même côté.
- ✓ Ajouter un 4<sup>e</sup> attaquant stationnaire près du but pour ajouter une option de passe au lieu du tir.
- ✓ Alternier les côtés de la passe à chaque jeu.

## **IMAGES reliées au geste technique :**



Voici Corey Schneider, le gardien d'avenir de Vancouver, bien positionné sur le haut de son ½-cercle. Remarquez sa position de base plutôt agressive et très fléchie dans l'attente d'un tir immédiat.