



ÉDUCATIF DE LA SEMAINE

- Clinique de gardiens CRSA -

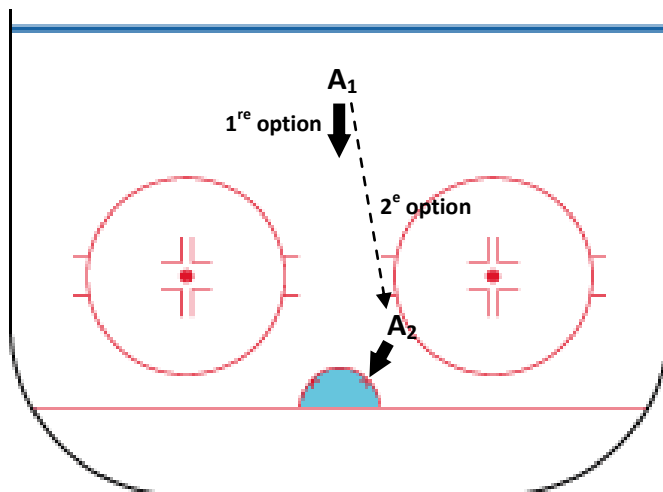


| | |
|-------------------|---|
| Question : | Comment bloquer efficacement les tirs qui sont déviés ? |
|-------------------|---|

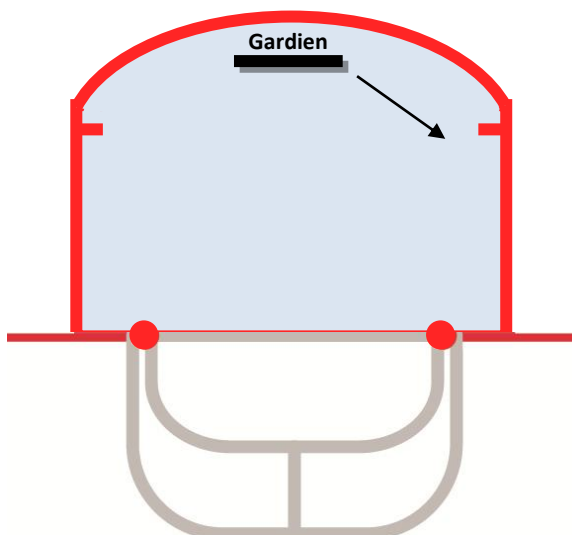
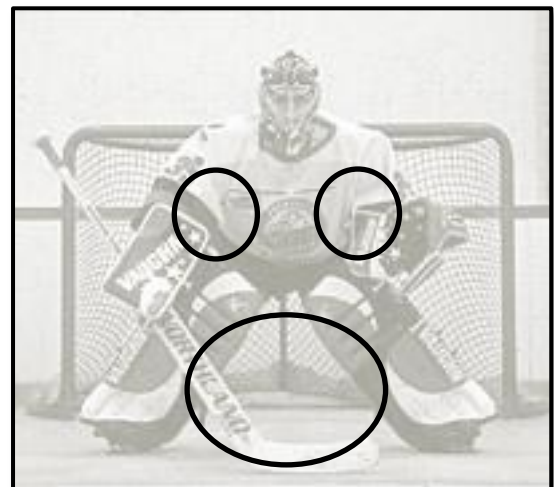
Date : 12 / 11 / 2012

| | |
|-------------------|--|
| Thème : | Tirs déviés rapprochés |
| Objectif : | Apprendre à bloquer efficacement des tirs qui sont déviés près du but sans effectuer un arrêt « compliqué ». |




Déroulement sur glace :



Zone de développement ciblée :



Légende des symboles :

-  : Tir au but
-  : Passe
-  : Déplacement du gardien
- A** : Attaquant

EXPLICATIONS :

L'attaquant 1 (A_1) a deux options :

1^{re} option

- ✓ L'attaquant 1 (A_1) choisi de tirer au but.
- ✓ L'attaquant 2 (A_2) joue le rebond.

2^e option

- ✓ L'attaquant 1 (A_1) choisi de passer la rondelle à l'attaquant 2 (A_2).
- ✓ L'attaquant 2 (A_2) fait dévier le tir, sans arrêter la rondelle et joue le rebond.

Effectuer 6 à 8 tirs (ou passes) et changer l'attaquant 2 (A_2) de côté.

Critères de RÉUSSITE :

1^{re} option

- ✓ Le gardien tente de bloquer et de contrôler le rebond sur le tir.

2^e option

- ✓ Le gardien doit glisser près du point de déviation.
- ✓ Il doit effectuer une glissade papillon compacte, sans ouvertures au niveau des bras et des jambes.
- ✓ Son corps doit être à 90° par rapport à l'angle du tir.
- ✓ La puissance de sa poussée doit être contrôlée pour éviter de continuer à glisser après son arrêt.

VARIANTES de l'éducatif :

- ✓ Élargir la position de A_2 pour forcer le gardien à effectuer une glissade papillon plus longue.
- ✓ Faire varier constamment la position de A_2 pour forcer le gardien à varier la puissance de sa poussée.
- ✓ Ajouter un 3^e attaquant de l'autre côté qui peut aussi faire dévier la rondelle (3^e option).
- ✓ Ajouter un écran (attaquant 3) devant le but pour cacher la vue du gardien en ajout à l'éducatif.

IMAGES reliées au geste technique :



Jacob Markstrom, un gardien prometteur, effectue une glissade papillon parfaite sur un tir dévié à courte distance du but. La glissade est effectuée près du point de déviation et de manière très compacte pour générer un arrêt facile.