

## REGLES A SUIVRE LORS DES ENTRAINEMENTS:

- Toujours s'assurer de la sécurité des lieux avant de débiter notre séance d'entraînement.
- Toujours s'assurer que l'on a l'attention de tous lorsque l'on donne ses consignes aux joueurs.
- Toujours s'assurer d'une bonne discipline de la part des joueurs.
- Toujours être en contrôle du déroulement de notre séance d'entraînement implique que tous les intervenants sur la glace, soient dynamiques et démontrent du leadership.
- Il faudrait éviter au maximum comme entraîneurs, de tomber dans le piège qui est de jouer avec les rondelles ou de tirer sur les gardiens de but avant, pendant ou après un éducatif.
- Toujours s'assurer de l'exécution parfaite de la part de nos joueurs lors des éducatifs des passes et tirs, lors des éducatifs d'oppositions et de collaborations et lors des éducatifs sur le plan tactique:
  - \* bâton sur la glace (repère visuel)
  - \* bonne réception de passe
  - \* passes précises
  - \* passes vives
  - \* tirs précis
  - \* toujours aller au rebond après son tir
  - \* accélération après sa passe
- Toujours s'assurer que ce sont les entraîneurs qui dosent le niveau d'intensité des joueurs et non ceux-ci.
- Afin d'éviter de perdre du temps sur la glace, il serait important que les entraîneurs expliquent aux joueurs dans le vestiaire, les éducatifs un peu plus difficiles de compréhension. (éducatifs sur le plan tactique par exemple).
- Il serait très à propos de faire un survol rapide de l'entraînement avec les joueurs de notre équipe avant que ceux-ci ne sautent sur la glace.

- Dans un même ordre d'idée, il est toujours bon de faire un retour sur ce qui a été fait durant l'entraînement avec les joueurs de notre équipe.

- Au retour dans le vestiaire, les entraîneurs devraient faire un retour entre eux face au déroulement de la séance dans son ensemble.

- Il est important de toujours conserver nos entraînements dans un dossier que l'on peut consulter aux besoins, de sorte que l'on a un aperçu plus précis du travail fait et du travail qu'il reste à faire

- Toujours bâtir nos entraînements en fonction de:

\* des faiblesses observées.

\* des acquisitions sur le plan techniques, technico-tactique et tactique prévues dans notre plan annuel.

\* du niveau d'habiletés de nos joueurs.

\* du niveau de compréhension de nos joueurs.

- Toujours s'assurer que nos explications au tableau soient brèves et claires.

- Lors de la partie exécution de notre entraînement, il serait préférable d'expliquer toute suite au tableau les étapes a,b, et c (etc) lorsqu'il y a un enchaînement des éducatifs de passes et de tirs. Tout cela bien entendu afin de gagner du temps.

- Il serait important de demander à vos adjoints de placer l'équipement nécessaire pour le prochain éducatif lors des explications au tableau.

- Toujours se positionner sur la glace de sorte que l'on voit toute l'action de notre position.

- Il serait important d'éviter d'aller au tableau et de retranscrire l'éducatif suivant durant le déroulement d'un éducatif, parce que de cette façon, les entraîneurs peuvent perdre le contrôle du déroulement de la séance.