

DÉFENSIVE DE ZONE (BOXE+1)

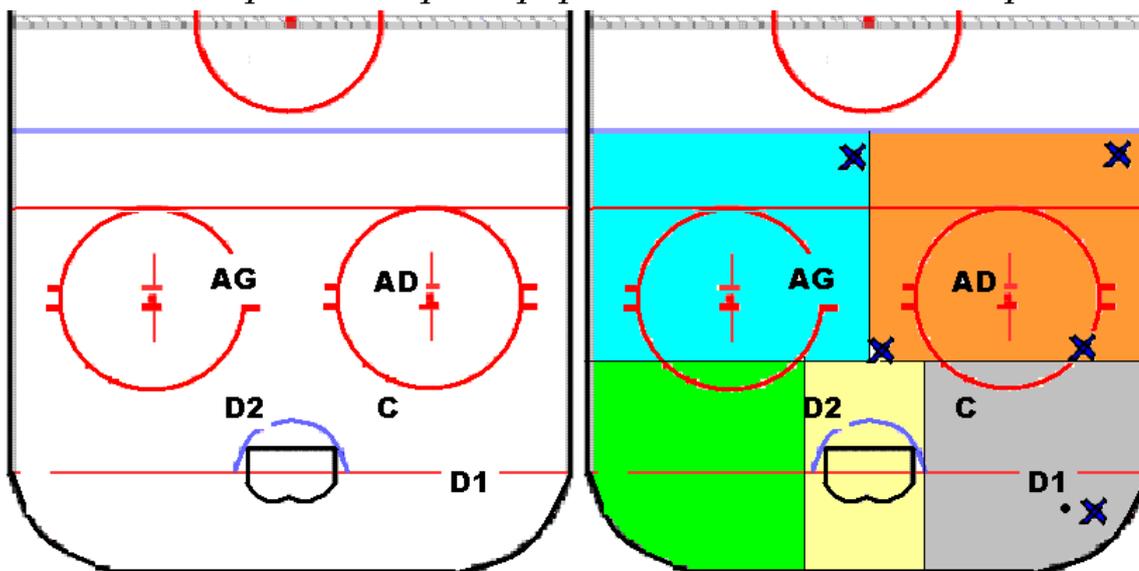
POSITIONNEMENT DES JOUEURS

La défensive de zone boxe+1 est une structure introductrice. Cette structure boxe+1 est une excellente façon d'enseigner la structure et le positionnement défensif sans prendre beaucoup de risque. Ce système est une structure passive qui peut progressivement nous emmener à une défensive plus complexe et agressive, de plus nous permet une transition rapide de la défensive à l'attaque.

Le but premier de toute défensive de zone est de minimiser les opportunités et les chances de marquer de l'équipe adverse. Le système boxe+1 est un système de plus en plus populaire à cause de son habilité à forcer le jeu vers l'extérieur de la zone privilégiée.

Pour bien enseigner ce système les entraîneurs doivent très bien connaître les 5 zones dans la zone défensive et de bien comprendre les responsabilités de chaque joueur.

Pour les besoins présumons que l'équipe adverse ont la rondelle et le porteur est dans le coin.



D1 sur le porteur de la rondelle

D2 poteau opposé devant le filet

C ferme la boîte en bas et donne un support à D1

AG poteau éloigné haut de cercle de mise en jeu

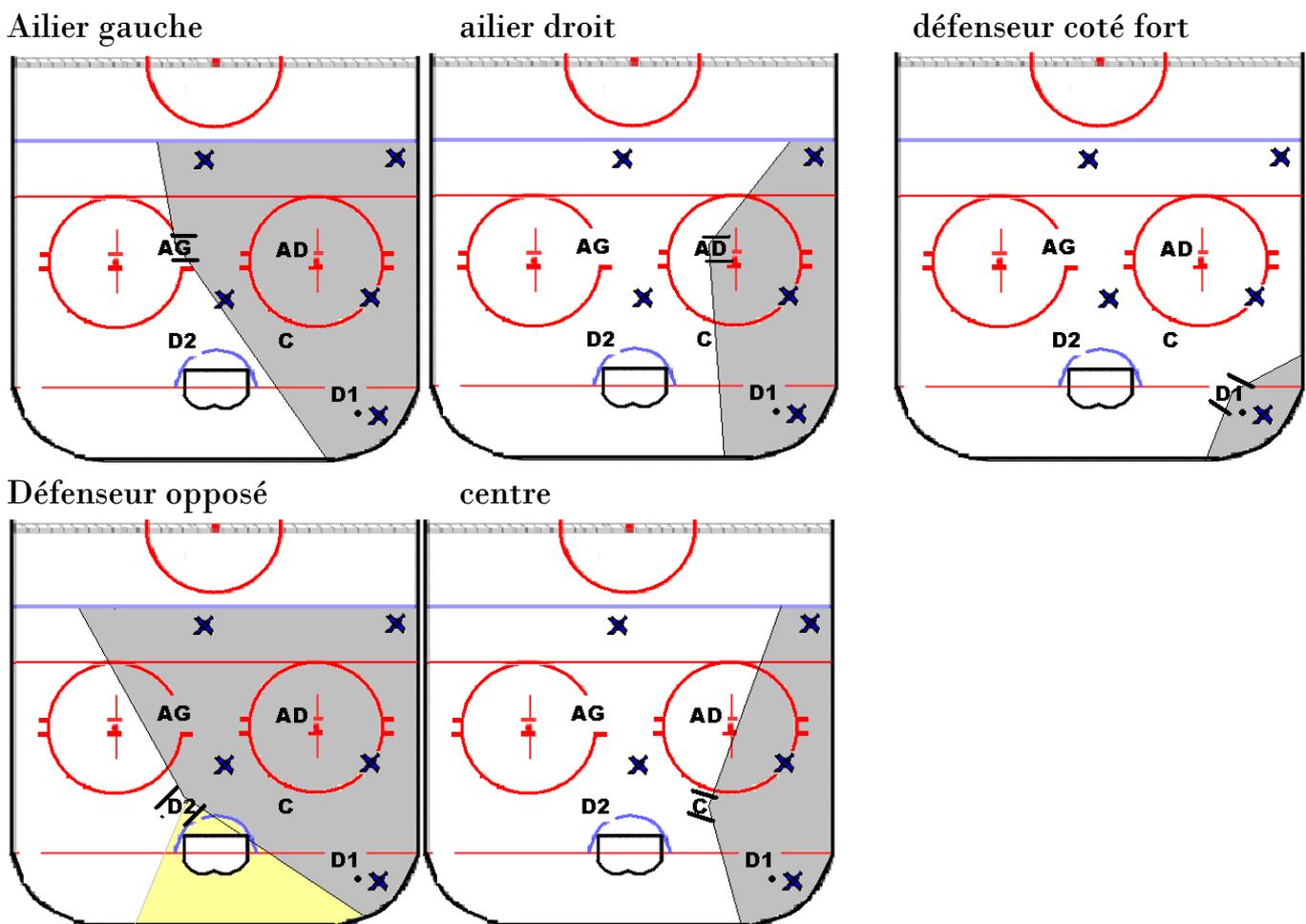
AD côté fort du jeu en haut du cercle de mise en jeu maximum 2 longueurs de bâton aux joueurs à surveiller.

Il est important que les joueurs restent dans leurs zones et restent en constante communication.

CHAMPS VISUEL

Lorsque les entraîneurs enseignent la défensive de zone il est important de mentionner le positionnement des joueurs mais aussi leurs orientation visuel, trop souvent les joueurs négligent cet aspect du jeu qui peut faire la différence entre contrer l'adversaire rapidement ou permettre un lancer au filet. Règle général les joueurs en défensive de zone ne doivent pas avoir les pieds en direction du filet. Ils doivent être vers le haut ou du moins en parallèle avec la ligne des buts. Ce concept simple permettra au joueurs de mieux visualisé le jeux et d'intervenir plus rapidement.

Les joueurs doivent avoir la tête sur un pivot, et voila un exemple approximatif du champ visuel des joueurs.



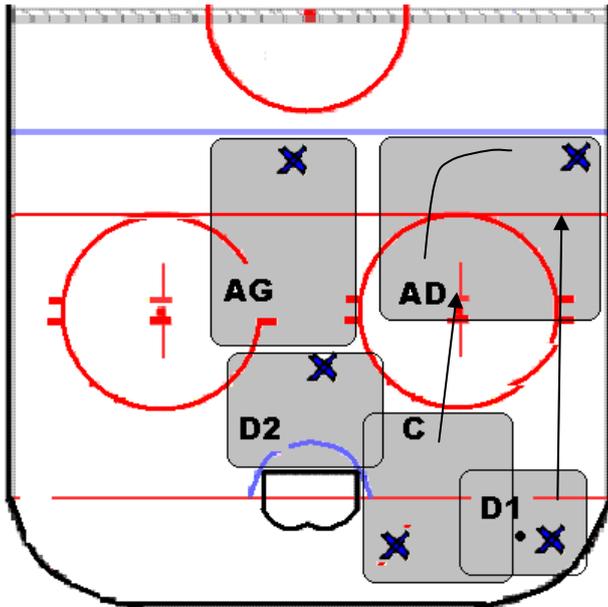
Avoir une bonne vision et de voir ce qui se passe sur la patinoire est crucial dans l'application d'une bonne défensive de zone. Il est aussi important de communiquer les informations entre joueurs, lorsque un joueurs adverse pénètre dans la zone de couverture d'un de ces co-équipier il est important que celui-ci l'avertisse de sa présence.

ROTATION DES JOUEURS

Pour bien comprendre le positionnement des joueurs l'entraîneur doit bien appréhender la responsabilité et les rotations des joueurs dans l'éventualité où la rondelle change de position ou que l'équipe adverse change l'angle de leurs attaques.

Nous allons voir les 4 rotations les plus populaires

Advenant une pass a la pointe



Ailier droit : devrait attaquer la pointe de l'intérieur vers l'extérieur enlever l'option du D to D et le pousser sur son côté réduire son espace et ces options.

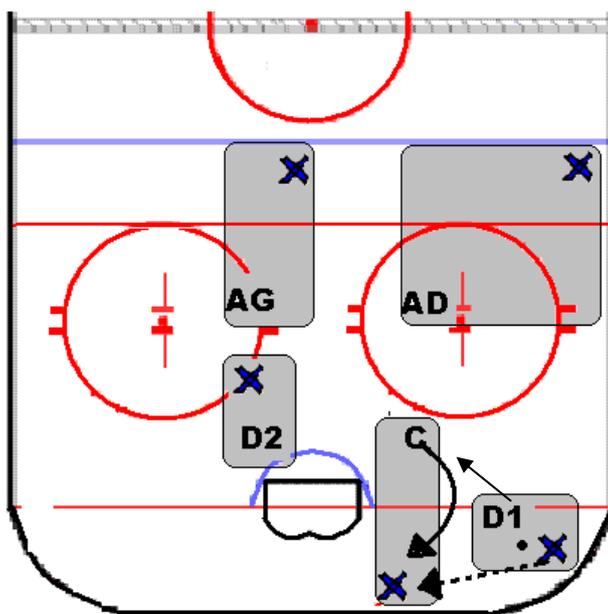
Ailier gauche : est responsable du défenseur côté faible mais ne doit pas se compromettre et délaissé sa position il est aussi responsable du haut de l'enclave.

Centre et D-droit : sont responsables de leurs joueurs respectifs et doivent toujours rester d-side

Centre .ferme la boîte en haut

Défenseur opposé : est responsable devant le filet si un lancer se dirige au filet doit être capable de restreindre son joueur. Être toujours d-side sur son joueur.

Porteur derrière le filet avec une passe ou un transport.



Centre : presse le porteur avec une bonne approche au porteur il doit être capable de l'immobiliser sur la bande. Doit empêcher le porteur de couper ou faire la passe devant le filet, son bâton doit être vers l'intérieur et couper les lignes de passes.

d-droit : reste responsable de son joueurs il est important qu'il retourne rapidement a la position qui a été libéré par le centre et fermé la boîte doit toujours être d-side sur son joueurs.

d-gauche : reste toujours responsable de son joueurs devant le filet, il est très important de pas tourné ces patin pour pointé vers la bandes derrière le filet, si non il perdra de vue son joueurs dans l'enclave, il doit attendre que le porteur soit compromis derrière le filet, à ce moment le défenseur pourra ouvrir et se repositionnera avec les patins

en parallèle avec la ligne des but et aura toujours son joueurs dans son champs visuel.

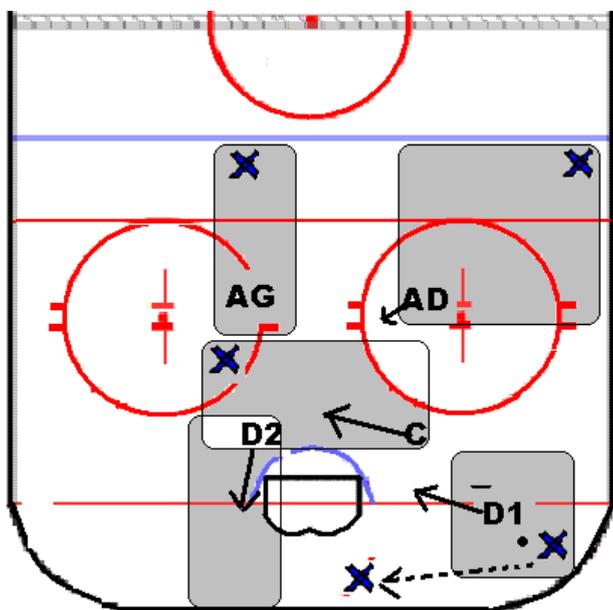
L'**ailier gauche** : reste dans le haut de la zone privilégier pour donner un support et reste toujours responsable de son défenseur.

Ailier droit : descend vers le haut de l'enclave pour un support additionnel mais ne doit jamais perdre de vue son joueur de défense de qui il a la responsabilité.

ROTATION DES JOUEURS SUITE

Porteur derrière le filet avec une passe ou un transport (variante)

Cette tactique est utilisée quand le porteur est déjà trop engagé pour que le centre puisse le rattraper. À ce moment le défenseur peut prendre la décision de contrer le porteur pour que cette rotation aie du succès le



défenseur et le centre doivent avoir une bonne communication pour ne pas créer une confusion et que les deux joueurs chassent le porteur.

Le défenseur ne doit pas laisser son poste avant que le centre soit en position de couverture devant le filet, si non le joueur adverse sera sans surveillance jusqu'à ce que le centre arrive.

La rondelle transfère d'un coin à l'autre :

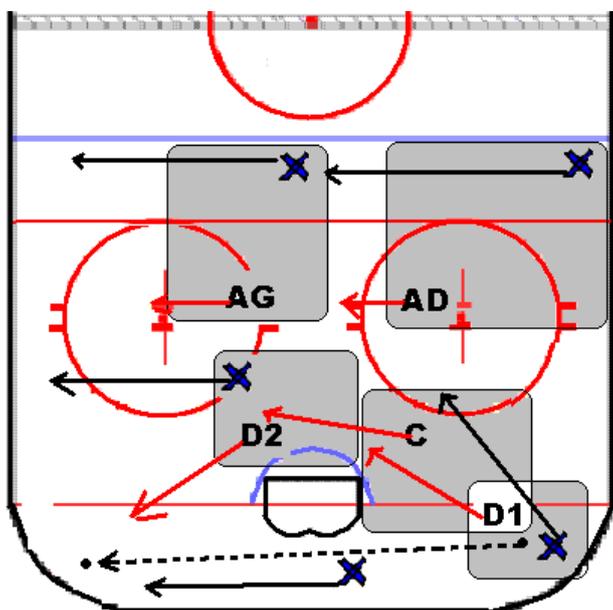
Défenseur gauche : devient le défenseur côté fort applique une pression au porteur.

Le centre : doit aller se positionner en position de support au défenseur et fermé la boîte, doit passer par l'enclave afin de couper les zones de passe, protéger et d'identifier tous les joueurs adverses qui pourront s'y trouver.

Défenseur droit : doit retourner rapidement à son poste au poteau opposé.

Ailier droit : se positionne dans le haut de l'enclave, supporte l'enclave et est en position d-side sur son défenseur.

Ailier gauche : se positionne d-side avec son défenseur surveillé. Reste en haut du cercle de mise en jeu.



Il y a plusieurs variantes qu'on peut utiliser pour avoir une défensive de zone plus agressive mais pour passer à l'étape suivante il faut bien maîtriser le boxe+1 et connaître nos responsabilités dans chaque zone. L'ailier droit doit aussi être en position t-side avec le défenseur éloigné.

POSITIONNEMENT DES JOUEURS SUR UN REPLIE DÉFENSIF

D-1 est le premier joueurs qui se repli doit réduire l'écart (fermé le gap) sa première responsabilité est de retarder la progression de l'équipe adverse, doit faire face aux jeux et définir si il a des joueurs de soutiens qui se replient avec lui ou non. S'il est seul il ne doit pas attaquer le porteur. Il doit le contenir et le diriger à l'extérieurs des points de mise en jeux. En retardent l'offensive de l'équipe adverse il donnera la chance à son équipe de revenir dans leur zone.

D-2 devant le filet – poteau opposé face au jeu, doit surveiller se qui vient et identifier les menaces possible. Il est positionner devant le filet poteau opposé et il est très important de ne pas fixé et s'hypnotisé du jeu au coin, il doit rester alerte devant le filet jamais regardé derrière le filet et avoir le dos au jeu.

F-1 peut être un ailier ou un centre

Il doit se positionné derrière le défenseur d-1 et être prêt a récupérer la rondelle, ne doit pas être trop proche du 1 vs 1, il serait trop facile de battre 2 joueurs avec une seul passe. Si il n'est pas en bonne position tous l'effort du D sera pour rien.

*Toujours être **D-SIDE** (the Puck must go thru You to go to the net).*

*Que se soit un joueurs qui doit vous déjoué ou une passe, il doit passer au travers toi pour aller au filet (**D-SIDE**) **clarifier votre position***

Si D-1 pense qu'il est sur le point de perdre le 1 vs 1, prendre un petit recule se repositionner et retourné dans le combat au lieu de se faire contourner ou déjoué.

*Si la rondelle monte la bande F-1 continue le jeu et D-1 doit se positionner. La Puck doit passer au travers toi pour aller au filet (**D-SIDE**)*

Le prochain sur le back check. Les entraîneurs disent de revenir rapidement dans la zone. Mais le joueur doit pas revenir n'importe comment il doit lever la tête et faire une lecture de se qui se passe avant même d'être rendu dans la zone il doit déjà savoir ou allé et quel position il doit se diriger. Tout sa devrait être clair dans sa tête.

Les questions qu'il se pose suis-je le premier back, le deuxième back ou le troisième, ils ont tous des responsabilités différente.

*F2 première chose très importante il faut toujours penser **défensif**. Il doit prendre position à l'endroit la plus dangereuse dans notre zone (slot). Il faut toujours protéger la zone privilégié. **Il se dirige directement dans la slot (maison)**. Poteau opposé haut de l'enclave, Ont peut concéder un tire de la pointe mais jamais un tire dans la zone privilégier.*

F3 couverture de la pointe (coté fort) Puck side

LES 5 REGLES DE LA DEFENSIVE DE ZONE

Pression

Limité le temps et l'espace de l'adversaire et l'obliger à commettre des erreurs

Contenir

Obligé l'adversaire à ralentir ou arrêter sa progression pour permettre un meilleur marquage défensif

Appui

Appuyer le chasseur et se placer de façon à réduire les options de passe

Transition

Passé rapidement du mode défensif à l'attaque après une récupération de la rondelle

Communication

Les joueurs doivent être en communication constante, si un joueur pénètre dans la zone d'un de ces coéquipier il doit lui dire.

Lors d'un jeu quand contenir ou quand attaquer :

On attaque quand :

L'adversaire est dans la maison avec la rondelle

Le porteur est pris au piège ou il est seul

Il a un bon appui

Joueur est reposé

L'adversaire à la tête dans les patins et est face à la baie vitré (ne connaît pas la position de ces joueurs)

L'adversaire a pas control de la rondelle

Règle simple à suivre si le joueur voit le numéro, il attaque, si il voit le crest il contient.

On contient quand :

Décide de fermer la Game

On est en Retard sur la pression

L'adversaire à un bon control et à la tête levée

Vous êtes seul aucun appui

Adversaire plus fort ou plus rapide

Attaquer le bâton sur la rondelle (stick on Puck)

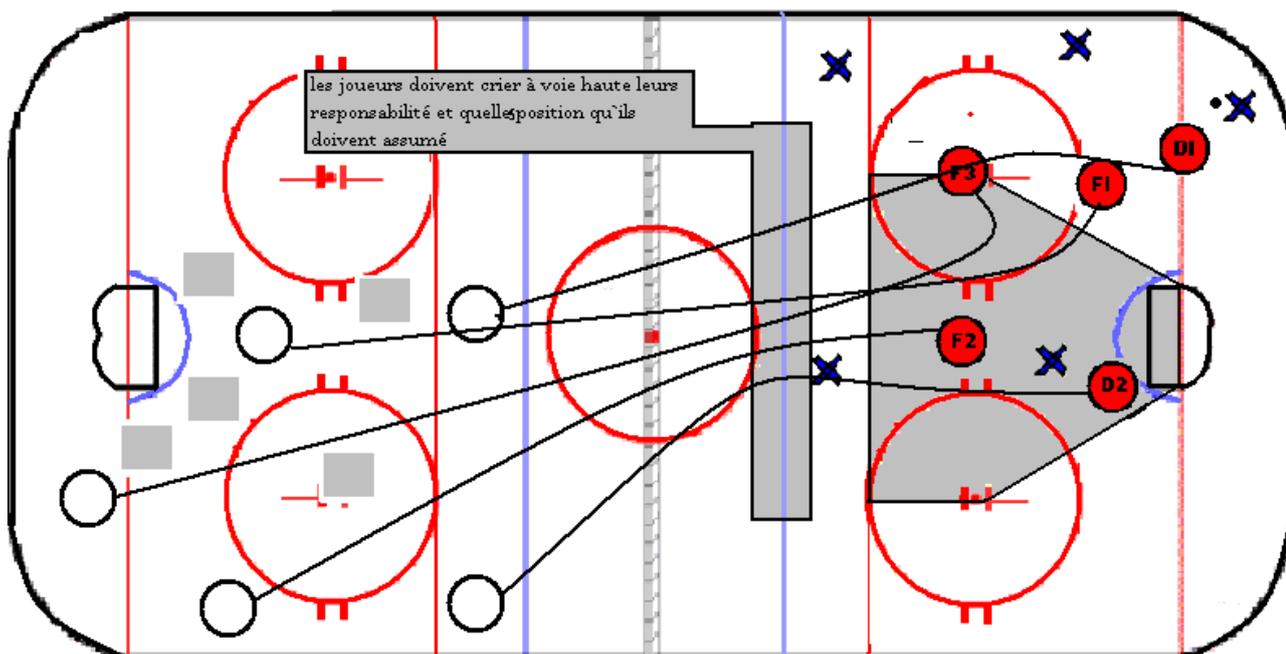
Les départs croisés

Coupé la ligne de passe

Les bâtons vers l'intérieurs

Communications

Box+1 sur un repli défensif, les responsabilités et positionnement.



Positionner 5 joueurs (X) offensivement dans la zone défensive, un joueur dans le coin avec une rondelle, 5 joueurs (O) dans la zone offensive en plus de 5 joueurs (les carrés gris) en zone offensive.

Au signal de l'entraîneur les (O) reviennent sur un repli défensif et prennent position dans une structure box+1.

Au moment où les joueurs traversent la ligne bleue défensive, ils doivent reconnaître leurs responsabilités et la position qu'ils doivent assumer.

Chaque joueur doit crier à haute voix son rôle et sa responsabilité.

Ex : je suis D-1 je suis responsable du porteur je vais sur le porteur

Je suis D-2 je suis responsable devant le filet je vais au poteau opposé

Je suis F-1 je suis responsable de donner un support à D-1

Ainsi de suite...

Une fois que tous les joueurs sont installés à leurs positions les entraîneurs vérifient leurs positionnements et effectuent les correctifs.

Ensuite les (X) lancent la rondelle dans la zone adverse (les gris la récupèrent et s'installent en positions offensives) les (X) effectuent un repli avec les mêmes règles sur la bleue et vont s'installer en position box+1 de l'autre côté.

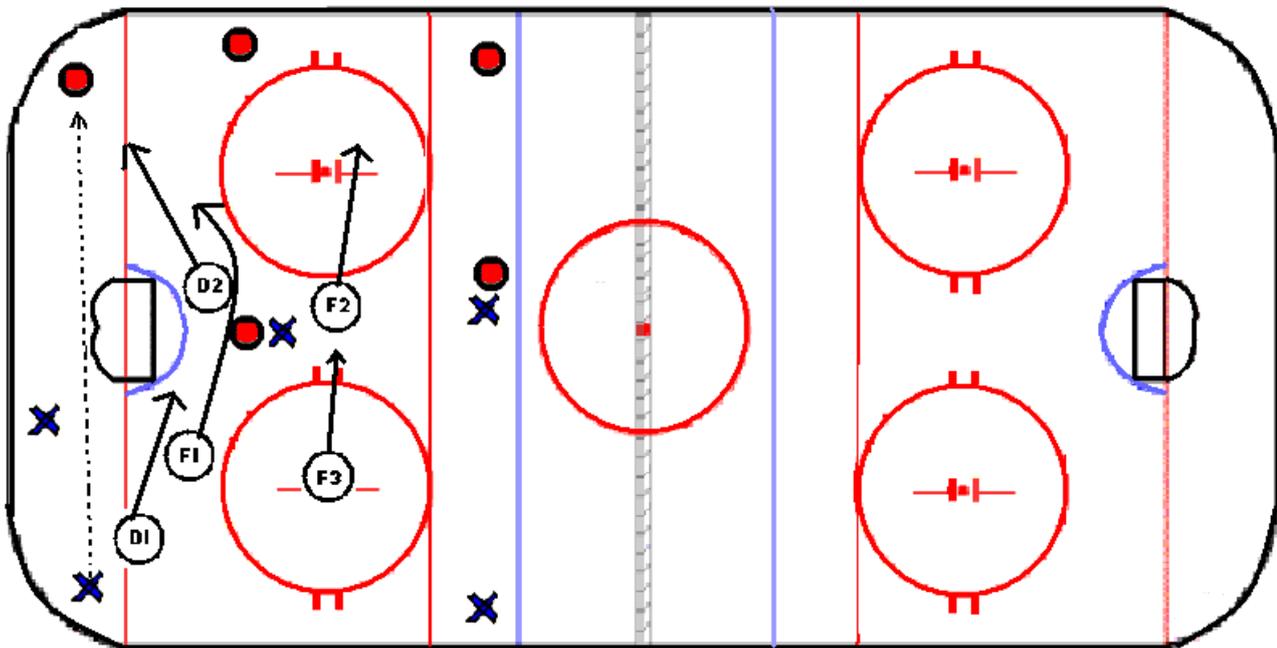
Quand les joueurs en offensive récupèrent la rondelle, ils ne bougent plus et restent en place.

Cette drill peut être faite en gymnase ou peut être modifiée pour se faire en demi-glace.

En demi-glace les joueurs partent de la ligne rouge et l'entraîneur lance une rondelle en fond de zone, donc 5 gars en positions offensives, 5 joueurs en attente sur la ligne et 5 joueurs qui se replient pour s'installer en box+1...et ont roulent

Il est important de bien entendre les joueurs crier les infos, cela fait partie de l'apprentissage.

Rotation de la boîte



Installer 5 joueurs (X) avec la rondelle et les (O) en positions box+1 avec de l'autre côté des joueurs (O rouges).

Au signal de l'entraîneur le joueur (X) avec la rondelle lance la rondelle dans l'autre coin les (O) se déplacent pour former et garder la structure box+1 de l'autre côté sur les O rouge.

Les joueurs qui sont en offensives sont le groupes de 5 qui sont en possessions de la rondelle, ils sont en position debout et prêt à attaquer, quand la rondelle change de groupe de 5 et qu'ils ne sont pas en action, mettent un genou sur la glace pour pas crée de confusion.

Variante :

Pratiquer aussi les rotations du joueur qui transporte la rondelle derrière le filet ou une passe à la pointe. (Voir document)

Variante :

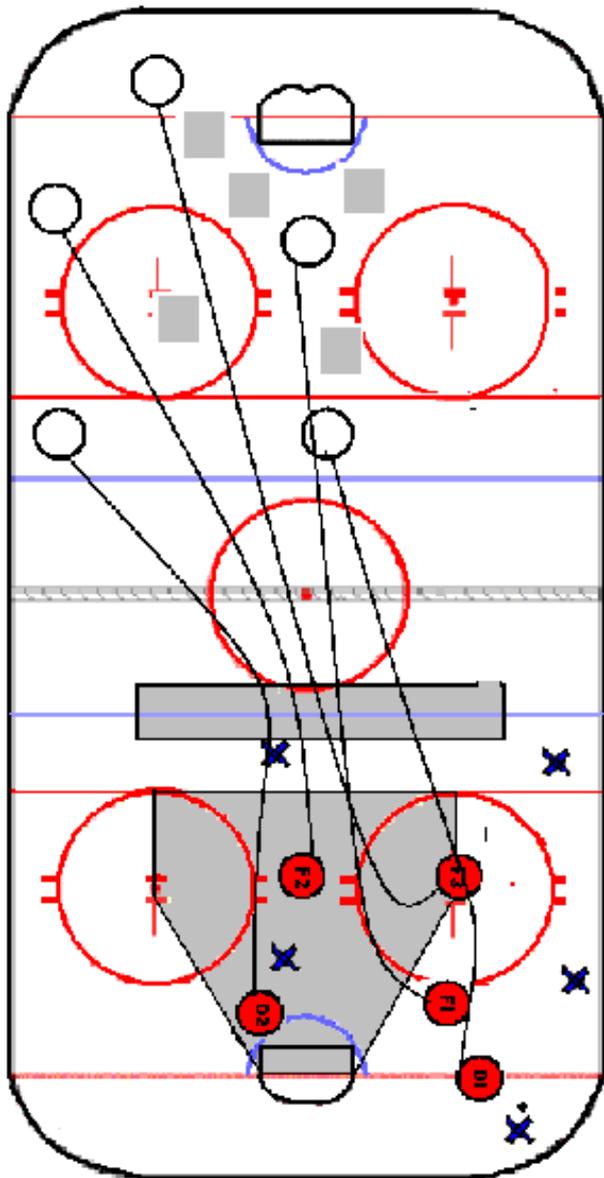
Avec un groupe en attaque et un groupe en box+1 avec un groupe en attente sur la ligne rouge, au signal de l'entraîneur faire 4 ou 5 rotations contrôlé ,au deuxième signal, jeux simulé contrôlé 5 contre 5 dans la zone, important les joueurs ne doivent pas patiner n'importe où et toujours garder la boîte+1, laisser le jeu continué 30 à 40 secondes. Le but du jeu est de ne pas permettre de lancer au filet.

Donner un point contre l'équipe en défensive si il permettre un lancer au filet et deux points si l'équipe adverse marque un but. À la fin le groupe de 5 qui ont le moins de points gagne.

Mettre beaucoup d'emphase sur leurs positionnements D-side et leurs positionnements de champ visuel, communications entre les joueurs, les zones de couvertures et les responsabilités.

Peut se faire en gymnase

Les séquences isolées du jeu box+1 que vous devez pratiquer, geste tactiques et techniques collectifs ou individuel.



- Les départs
- Le repli défensif
- Marquage des joueurs
- Trottinette
- Départ croisé (explosions) 2 cotés
- Changement de direction 2 cotés
- Virages 2 cotés
- Pivots 2 cotés
- Fermé les lignes de passes
- Exploser avec le bâton sur/dans la ligne de passe et/ou la rondelle.
- Bloquer les tirs
- Les permutations de positions
- 1 vs 1 sur les bandes
- Le doublage
- Support et appui sur le jeu
- Communications
- Approche au porteur
- Échec avec le bâton
- Contenir vs attaque
- Les champs visuels

- Etc....

Il est très important de isolée et de décortiquer tous les gestes tactiques et techniques utilisés durant les séquences d'un jeu et de les pratiquer constamment.

