

**37 APTITUDES TECHNIQUES (1)(2)**

		U17	SEP	OCT	NOV	DEC-JAN	FEV	MAR	AVR-MAI
Patinage	Position de base	X	X	X					
	Patinage avant / allure de train avant / Powerskating	X	X	X					
	Patinage arrière / allure de train arrière	X	X	X					
	Croisement avant	X	X	X					
	Croisement arrière	X	X	X					
	Départ avant	X	X	X					
	Départ de coté	X	X	X					
	Le départ arrière sans croisement	X	X	X					
	Le départ arrière avec croisements	X	X	X					
	Arrêt brusque / arrêt avant sur deux patins	X	X	X					
	Arrêt arrière à deux patins	X	X	X					
	Arrêt arrière à un patin	X	X	X					
	Virage brusque	X	X	X					
	Virage avant-arrière	XX	X	X					
	Virage arrière-avant	XX	X	X					
	Pivot avant-arrière	X	X	X					
	Pivot arrière-avant	X	X	X					

**37 APTITUDES TECHNIQUES (SUITE)**
**U17**

Maniement du puck									
	Dribble	X							
	Transport rondelle 2 mains	X							
	Transport rondelle 1 main	X							
Passes									
	Passe balayée	X	X	X					
	Passe balayée revers	X	X	X					
	Passe poignet	XX							X
	Passe poignet revers	X							
	Passe frappée poignet	XX							X
	Passe levée	XXX				X			
	Réception passe avec bâton	X	X	X					
	Réception passe avec patin								
Tir									
	Tir balayé	XX	X	X					
	Tir balayé revers	XX		X					
	Tir poignet	XXX	X	X					
	Tir frappé poignet	XX							

		U17	SEP	OCT	NOV	DEC-JAN	FEV	MAR	AVR-MAI
	Tir frappé	XXX	X	X					
	Tir levé	XXX							
	Tir levé revers	XXX							
	Tir lobé	X							
	Tir sur réception	XXX		X	X				
<b>17 ÉLÉMENTS DE TACTIQUE INDIVIDUELLE</b>		<b>U17</b>							
	La mise en jeu / face-off	XX				X			
	La prise d'information	XXX		X					
	Les déplacements lors d'un match (déplacement vers zone libre, repli défensif)	XX					X		
Défensive	L'approche au porteur / angling	XXX	X						
	La mise en échec avec bâton (Poke, Sweep, lift, stick)	XX				X			
	Le marquage individuel sur un non-porteur	XX			X				
	Le marquage individuel devant le filet	XX			X				
	Le 1 contre 1, défensif	XXX	X						
	Le 1 contre 2, défensif	XXX				X			
Offensive	Le démarquage individuel	XX			X				
	Les feintes (Skating, Body, Shooting and Passing Fakes,..)	XX				X			
	La protection de la rondelle	XX		X	X				
	L'écran sur le gardien	XXX					X		
	La déviation	XXX					X		
	Le rebond	XXX					X		
	Le 1 contre 1, offensif	XXX	X						
	Sortir la rondelle d'un coin avec l'adversaire dans le dos	XXX			X				
<b>20 ÉLÉMENTS DE TACTIQUE COLLECTIVE</b>		<b>U17</b>							
Défensive	Le placement en territoire défensif, rôle et tâches, homme à homme, marquage de zone, mixte, couverture	XXX					X		
	Le repli défensif	XXX					X		
	L'échec-avant / forechecking (basics, up, wheel, reverse, over-D2D, Rim)	XXX			X				
	Les situations spéciales, le désavantage numérique	XXX				X			

		U17	SEP	OCT	NOV	DEC-JAN	FEV	MAR	AVR-MAI
	Les mises en jeu, responsabilités zone défensive	XXX				X			
Offensive	La sortie de zone basEs	XXX		x	x				
	La sortie de zone up	XXX		X	X				
	La sortie de zone wheel	XXX		X	X				
	La sortie de zone reverse	XXX		X	X				
	La sortie de zone over-D2D	XXX		X	X				
	La sortie de zone RIM								
	La contre-attaque (penetrating pass, breakaway pass)	XXX				X			
	Le regroupement	XXX							
	L'entrée de zone(Dump-in)	XX				X			
	L'entrée de zone Chips,	XX				X			
	L'entrée de zone Wide Lane				X				
	L'entrée de zone(Mid-Lane)				X				
	La progression de l'attaque (espaces libres,	XXX					X		
	La progression de l'attaque appui						X		
	La progression de l'attaque triangle en mouvement (cycling))						X		
	Le passe et va	XX		x					
	Le passe et suit	XXX		x					
	La permutation/cross	XXX		x					
	Le retour arrière (relance de l'attaque)	XX						X	
	La création du surnombre	XXX					X		
	passe dans espace libre	XXX			X				
	aiguillage	XXX							
	Le 2 contre 2, offensif	XXX					X		
	Le placement en territoire offensif	XXX							
	Les situations spéciales, l'avantage numérique	XXX				X			
	Les mises en jeu, responsabilités zone offensive	X				X			
Autres	Les changements de ligne	XX							
	La communication	XXX							