

### APERÇU

|                         |                                                                                             |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| DURÉE                   | 30 minutes                                                                                  |
| ÂGES                    | 6 à 8 ans                                                                                   |
| STADE DE DÉVELOPPEMENT  | S'amuser grâce au sport                                                                     |
| ACCENT DE DÉVELOPPEMENT | Habiletés spécifiques à la ringuette : patinage, passes, réceptions, tirs, gardienne de but |

# LIGNES DIRECTRICES DE SÉCURITÉ DE RINGUETTE CANADA

De bonnes habitudes de sécurité permettent de réduire les risques de blessures et parfois d'être empêchées.. Il est essentiel d'avoir un environnement d'apprentissage sécuritaire sur les plans physiques et émotionnels si on veut que les joueuses apprennent tout en participant à des activités en mouvement.

### Sécurité physique

1. Assurez-vous que l'ensemble des participantes portent l'équipement de sécurité requis.
2. Assurez-vous que l'ensemble de l'équipement de sécurité requis est adapté à la grandeur des joueuses.
3. Assurez-vous que l'aire de jeu soit marquée de façon claire et exempte de tout obstacle.
4. Assurez-vous que l'ensemble des participantes gardent leur bâton au-dessous du genou et ce en tout temps.
5. Appliquez de façon stricte la règle interdisant le contact corporel.
6. Démontrez comment utiliser correctement l'équipement.
7. Enseignez, pratiquez et appliquez un signal d'arrêt simple qui permettra d'arrêter toute activité au cas où vous décelez un problème de sécurité.
8. Vérifiez l'état de l'ensemble de l'équipement avant chaque séance, faites les réparations nécessaires et au besoin remplacez l'équipement.
9. Marquez à l'avance les limites de l'aire de jeu; avec du ruban adhésif, des cônes de plastique ou des marques au sol.

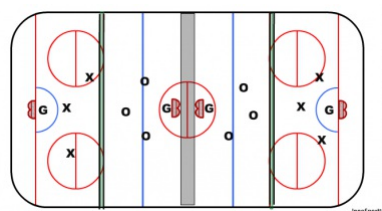
### Sécurité émotionnelle

1. Offrez des expériences de jeu bien planifiées qui conviennent au développement des participantes.
2. Offrez un environnement d'apprentissage qui soutient les participantes ayant un apprentissage moins rapide que les autres.
3. Adaptez les règles, les équipes et les activités afin de permettre à l'ensemble des participantes de réussir.
4. Promouvoir et adoptez l'approche de jeu du Sport pur.

### Installation

#### Surface de jeu

- Divisez la patinoire en deux sections (divisez à la ligne centrale).
  - Utilisez les marques sur la glace pour créer un but et son enceinte, placez l'autre but au centre de l'aire de jeu, à environ 1,5 mètre de la ligne centrale.
  - Pour faire les buts, utilisez des mini-filets ou des filets plus petits.
- Pour l'enceinte de but, utilisez les marques sur la glace, ou un marqueur de bingo afin de tracer le demi-cercle de la gardienne, et ce, à mi-chemin environ des filets.



#### Bancs des joueuses

- Les bancs déjà présents dans les installations peuvent servir à l'ensemble des joueuses.

### Sécurité

#### Équipement requis

1. Casque et protecteur facial de hockey certifiés par l'ACNOR
2. Protège-cou (approuvé par le BNQ)
3. Coudières
4. Chandail de partie
5. Gants
6. Gaine ou protection pelvienne
7. Pantalon de ringuette
8. Protège-tibias
9. Patins
10. Bâton de ringuette



#### Structure du jeu

Taille des équipes : environ 12 joueuses (divisés en groupes de 4 ou 5)

Format du jeu : 4 contre 4 (ou 5 contre 4, ou 5 contre 5)

Enceinte de but : utilisez les marques sur la glace pour une enceinte, et tracez l'autre (d'environ 1,8 m de rayon) à environ 1,5 m de la ligne centrale.

Positions des joueuses : gardienne de but en rotation (à tous les changements de joueuses, max. 3 changements à la fois; les gardiennes de but utilisent un bâton de gardienne de but de taille junior - seule forme d'équipement spécialisé).

Durée de la partie : 30 minutes

Chronométrage : pas de chronométrage

Pointage : Pas de pointage

Taille du filet : mini-filet, filet plus petit

Taille de l'aire de jeu : La moitié de la patinoire

Officielles : officielles de niveau 1.

### Début du jeu

#### Début de la partie

- On tire à «roche, papier, ciseaux» pour déterminer l'équipe qui a l'anneau en premier.
- L'équipe qui gagne le tirage au sort commence en possession de l'anneau dans son cercle de mise en jeu.
- L'équipe en défense recule dans sa moitié de patinoire .

#### Après un but

- L'entraîneuse donne l'anneau à une joueuse qui doit le passer à une coéquipière.
- L'équipe en défense recule dans sa moitié de patinoire .

#### Temps de jeu et présences sur la glace

- Tous les joueuses bénéficient du même temps de jeu.
- On change de joueuses toutes les 3 minutes.



#### Notes pour les entraîneuses

Imposez des paramètres qui font en sorte que tous les joueuses touchent l'anneau et ce à chaque présence sur la patinoire.



#### Notes pour le projet pilote

Pendant la phase pilote du projet, veuillez prendre note des facteurs suivants :

- la durée réelle de la partie;
  - le nombre de joueuses dans chaque équipe;
  - la durée des présences sur la glace - expérimentez diverses durées de ces
  - présences
  - les bancs des joueuses;
- un sondage sur l'expérience générale ressentie à la fin de chaque partie.



#### Progression de jeu

Ajoutez les règles de jeu officielles suivantes pour rendre ce format plus difficile pour les participantes qui en ont les capacités.

1. Tracez une ligne de passe supplémentaire (là où c'est indiqué en bleu sur le diagramme) pour donner l'apparence de deux «lignes bleues» afin de renforcer la notion de passe, et introduire les différentes règles des lignes bleues.
2. Commencez à vous servir des positions (attaque, défense) et expliquez leur rôle principal. Laissez les enfants explorer ces rôles dans ce format de jeu afin qu'elles les comprennent bien avant d'introduire davantage de zones.

