

Optimiser les pratiques...

- L'entraîneur-chef devrait toujours laisser 10-15 minutes au(x) gardien(s) et à son entraîneur afin d'exécuter des déplacements et des exercices spécifiques aux gardiens de but.
- Pendant les exercices faits avec les joueurs, le gardien est souvent inactif par le fait que les joueurs ont des exécutions à faire avant de tirer. Faites penser aux gardiens de faire une routine de déplacements avant de recevoir le tir. Par exemple, faire un déplacement de poteau à poteau et de se placer en situation d'échapper.
- Lors de certains exercices où la rondelle voyage d'un point A au point B, faites penser au gardien de suivre la rondelle et non de l'attendre avant le tir. De cette façon, il pratiquera ses déplacements courts et longs selon l'exercice.
- Pour la catégorie atome et plus, vous pouvez commencer à faire penser à votre gardien de suivre ses retours ou encore de « geler » la rondelle si elle est près de lui.
- Dites-lui souvent qu'il doit pratiquer comme s'il était en situation de match.

Simon Harrisson