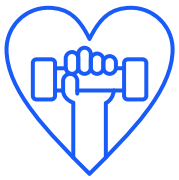
BENJAMINE-U14

Joueuses de 12-13 ans
Initiation au profil d'athlète

Jouer à la ringuette pour:

- **S'amuser!**
- **Bouger!**
- **Interagir!**
- **Apprendre!**



Joueuse

- Pratique de 2 sports recommandée
- **En apprentissage!**
- **INITIATION à la performance!**
- 65% pratiques et entraînement
- 35% compétition (parties/tournois)

Conseils d'enseignement

- Maximiser le **plaisir**, le temps **actif** des joueuses et la **variété** d'habiletés.
- Explications et rétroactions courtes et simples
- Normaliser l'erreur et valoriser chaque joueuse
- Créer des routines d'équipe amusantes

Gardienne

- Entraîneur(e) attitré(e) à la gardienne pour les pratiques
- Doit travailler ses habiletés patin aussi (plus spécifique à sa position)

Gestion de partie

- Travailler sur **3 objectifs** atteignables, **PAS** sur la victoire
- **Pratiquement AUCUNE gestion du temps de jeu! (voir l'exception dans le cahier)**
- Encourager les beaux jeux de toutes les positions
- Possibilité de faire plus qu'une position par les joueuses selon préférences et forces

Parents

- Favoriser l'autonomie de sa fille
- Encourager positivement toute l'équipe
- Faire confiance aux entraîneur(e)s
- Considération de l'horaire de l'équipe

Pour les habiletés à travailler, veuillez vous référer aux pages 10 à 18 du guide.