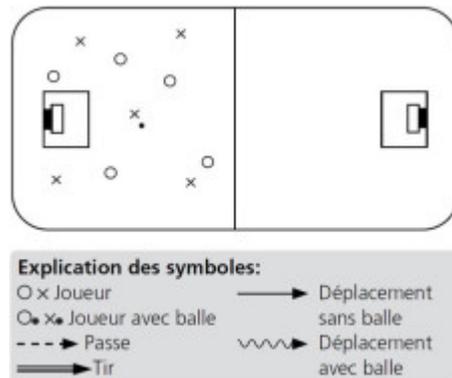


Unihockey grand terrain – Tactique: Drill défensif

Durant cet exercice, les joueurs se familiarisent avec des systèmes de jeu défensifs. L'entraîneur leur explique notamment les déplacements et les tâches qu'ils doivent assumer.

Deux équipes de cinq joueurs se placent sur le terrain: une en position défensive (par exemple 2-1-2), la seconde en attaque pour tester le système défensif adverse.

Les attaquants se font des passes selon les indications de l'entraîneur qui explique simultanément aux défenseurs comment ils doivent se déplacer en fonction des mouvements offensifs et à quoi ils doivent être attentifs.

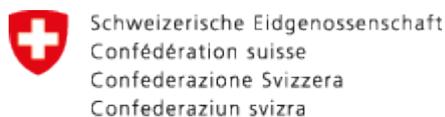


Variantes

- L'équipe en attaque joue librement, sans consignes de l'entraîneur.
- Les défenseurs tiennent leur canne palette vers le haut.
- Les défenseurs peuvent intercepter la balle.

Remarque: Simuler différentes situations (transitions, jeu dans le coin, jeu derrière le but, etc.).

Source: [swiss unihockey](https://www.swissunihockey.ch)



Office fédéral du sport OFSPO