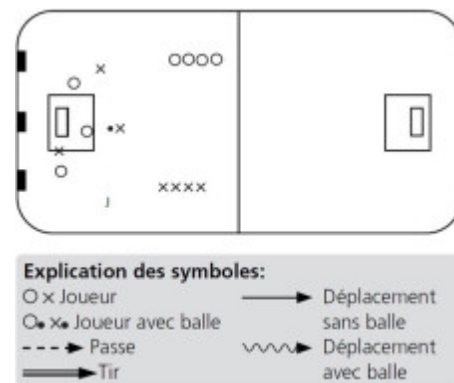


Unihockey grand terrain – Small games: Joker offensif

La présence d'un joker dans cet exercice permet d'entraîner les situations spéciales. La compréhension du jeu individuel et collectif en est ainsi améliorée.

Les buts sont placés le long de la bande du fond (on peut jouer avec un, deux ou trois buts selon le nombre de gardiens présents). On joue à 3:3. Un joker est toujours à disposition de l'équipe qui attaque. L'équipe en possession de la balle joue donc en surnombre (4:3), ce qui favorise le jeu rapide et les passes directes. Le joker a aussi le droit de marquer.

Les autres joueurs se placent en colonne à l'extérieur du terrain (imaginaire) et attendent leur entrée en jeu. Quand une balle sort du terrain, l'entraîneur en remet une nouvelle en jeu. Après 45 secondes, l'entraîneur siffle, les joueurs quittent le terrain pour laisser leur place aux trois premiers de colonne de chaque équipe. Pas d'interruption de jeu.



Variantes

- Possible aussi en 2:2 (sur les deux petits côtés).
- Seuls les tirs directs comptent.
- Les joueurs à l'extérieur du terrain sont aussi impliqués.

Remarque: L'objectif de chaque joueur est de marquer un but. Il s'agit de favoriser le jeu rapide, direct et de multiplier ainsi les chances de but!

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO