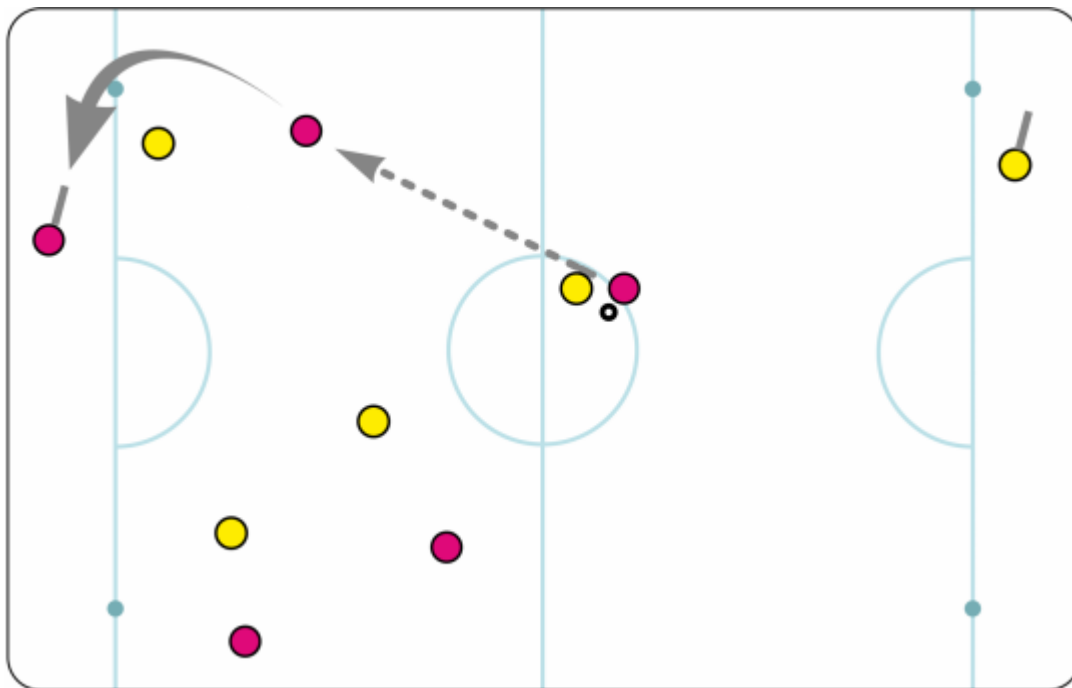


Donut Hockey – Warm Up: Unicorn Game

Ce jeu combine course, passe et tir. Seule l'équipe faisant usage de ces trois aspects parviendra à marquer des points.



Ce jeu se déroule selon les règles de **l'ultimate donut**. Un joueur (la licorne) se trouve dans la zone de but adverse et tient avec une main un témoin (de relais) sur sa tête. Ses coéquipiers, pour marquer le point, doivent lancer le donut sur la corne de leur joueur qui ne peut utiliser sa main libre pour guider l'anneau. Si le donut tombe dans la zone adverse ou si un joueur entre dans sa zone, le donut est remis à l'adversaire et le jeu reprend à l'endroit de l'infraction.

Variantes

- Les joueurs de chaque équipe sont répartis en deux ou trois blocs. La licorne tient une corbeille. Pour marquer un point, les joueurs doivent loger le donut dans la corbeille. Le bloc qui a marqué laisse sa place au suivant et l'enseignant met un nouveau donut en jeu. Les donuts lancés dans la corbeille y restent. Quelle équipe en a le plus après cinq minutes?
- Marchand de glaces: la licorne tient un cône renversé dans ses mains.

plus facile

- Deux ou trois licornes se trouvent dans chaque zone.
- Les licornes sont debout sur des caissons (un à deux par côté).

Matériel: Deux témoins, un donut, sautoirs, évent. deux corbeilles, deux cônes, deux caissons

Source: Muriel Sutter, auteure et éditrice de la série de livres Burner Motion, chargée de cours à l'université de Bâle, enseignante d'éducation physique



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO