

Unihockey – Tirer: Jeu de quilles

Tirer au but est certainement ce qui est le plus amusant. Mais sans précision ni dosage de la force, le rêve risque de tourner court. Avec cet exercice, les élèves apprennent à évaluer le risque entre attaque et défense.

Les joueurs se répartissent dans la salle, chacun avec une quille à défendre. Le but est de faire tomber la quille des adversaires tout en protégeant la sienne. Prévoir trois ou quatre balles. Le joueur dont la quille est tombée reçoit un gage (slalom, tirs sur une cible). Il peut réintégrer le jeu après.

Variante

Par deux: A attaque tandis que B défend les deux quilles.

Matériel: Quilles, piquets, buts d'unihockey



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO