

# Unihockey: Six principes de la formation

Les enfants ne sont pas des adultes en miniature. C'est pourquoi l'unihockey pratiqué par les «grands» et le jeu des «petits» recouvrent deux mondes différents. Il en va de même pour ce qui est de la transmission des contenus et de la formation.



Les enfants viennent au club pour jouer et non pas pour s'entraîner. Ils désirent aussi apprendre, mais apprendre comment on joue. Les principes de base de la formation pour les enfants de swiss unihockey sont résumés ci-dessous.

## Rire – Apprendre – Réaliser une performance

La qualité de l'entraînement est évaluée selon ces trois critères pour le jeu des enfants!

## Beaucoup de temps de mouvement pour tous

Les enfants ont une soif de mouvement naturelle. Faisons en sorte de répondre à ce besoin!

## Des expériences avant le résultat

En d'autres mots: un grand temps de jeu pour tous, pas de spécialisation de postes, pas de consignes tactiques strictes. Nous voulons vivre cela dans chaque entraînement!

## Les enfants sont polyvalents

Des entraînements variés, originaux, avec des nouveaux défis à chaque fois stimulent les enfants de manière optimale!

## Apprendre, une question individuelle

Notre tâche est de créer les conditions et l'environnement idéaux pour l'apprentissage. Eveillons la curiosité des enfants!

## Jouer sur les émotions

Les hommes apprennent bien lorsqu'il sont touchés au plus profond d'eux-mêmes. Nous voulons offrir des expériences marquantes aux enfants et parler un langage qui leur est propre.

---

Source: [Reto Balmer, responsable de la formation chez swiss unihockey](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**