

# Unihockey – Mise en train: Flipper vivant

Observation et réaction sont les maîtres-mots de cet exercice. Les enfants n'osent pas laisser s'échapper une balle du cercle qu'ils forment.



Les enfants sont disposés en cercle et font circuler les balles entre eux (une balle pour deux élèves environ) en évitant qu'elles sortent du cercle. Les balles doivent toujours être en mouvement. Si une balle reste bloquée au centre, un joueur la récupère pour la remettre en jeu.

## Variantes

- Les joueurs passent la balle au voisin de droite/de gauche, de manière à ce qu'elle décrive un cercle.
- Crier le nom du destinataire de la balle.

**Matériel:** Une balle pour deux enfants

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO