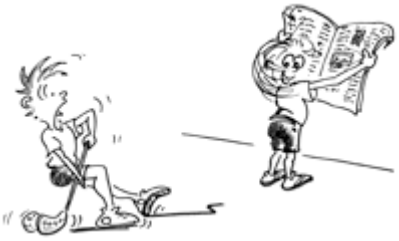
Unihockey – Conduire la balle: Un, deux, trois, soleil!

Tous les enfants ont pris part une fois ou l'autre à ce jeu. Seule nuance: ils doivent en plus conduire une balle et l'arrêter en temps voulu.



Un élève est debout contre le mur, dos à ses camarades. Le but est de se rapprocher du meneur pendant qu'il a le dos tourné.

Ce dernier annonce: «Un, deux, trois, soleil» et se retourne d'un coup. Les joueurs doivent alors s'arrêter et bloquer leur balle. Ceux qui bougent encore à ce moment-là retournent au départ. Qui parvient le premier jusqu'au mur?

Variantes

- Sans signal du meneur.
- La balle peut être stoppée avec les mains ou les pieds.

Source: Reto Balmer, responsable de la formation chez swiss unihockey

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO