Unihockey – Passer: Passes en étoile

Des passes maîtrisées contribuent au succès d'une action. Cet exercice pousse les enfants à adresser et à recevoir des passes précises.

Les groupes de joueurs (quatre à six enfants) sont disposés en cercle. Un joueur avec balle est placé au centre. Il adresse une passe à chaque joueur, dans l'ordre, et les coéquipiers lui renvoient directement la balle.

Variantes

- Sans ordre préétabli, le joueur choisit à qui il destine sa passe.
- Sous forme de concours.
- Seulement des passes directes, sans contrôle.
- Changement de direction au signal.

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

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO