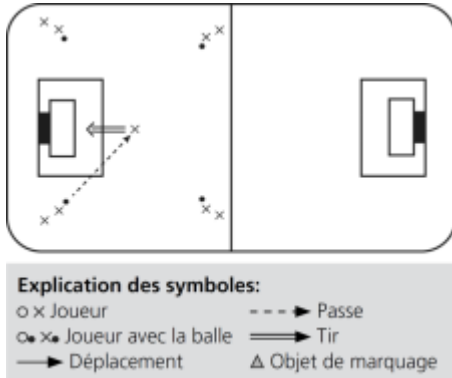


Unihockey – Tirer: Pivot

Un exercice complexe du point de la coordination: les enfants doivent tirer au but sans contrôler la balle.



Quatre joueurs avec balle sont placés aux angles du demi-terrain. Au milieu se trouve un joueur (à env. cinq mètres de distance) orienté vers le but.

Au signal, le joueur central se tourne vers un coéquipier qui lui adresse alors une passe. Il tire au but puis il se tourne vers un autre joueur et répète l'action. Après quatre tirs, un joueur le remplace au milieu.

Variantes

- Imposer plusieurs types de tir.
- Conclusion directe.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO