

Unihockey – Passer: Trésor sacré

Grâce à cet exercice, les élèves prennent conscience de l'importance d'une bonne circulation de la balle pour mener à bien une action.



Les joueurs sont disposés en cercle. Au milieu se trouve un casque de gardien défendu par un joueur. Les attaquants extérieurs, par un jeu de passes efficace, essaient de viser la cible. Le joueur qui réussit la touche prend la place du défenseur.

Variantes

- Remplacer le casque par un autre objet (plus il est grand, plus la tâche est facile pour les joueurs extérieurs).
- Sous forme de concours.

Matériel: Casque de gardien ou autre objet du local à matériel

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO