

# Unihockey – Conduire la balle: Electrons libres

Connaître le positionnement des camarades et prendre des décisions rapidement contribuent au succès de cet exercice.



Tous les enfants conduisent leur balle à travers la salle. L'enseignant crie un chiffre entre deux et dix. Les joueurs se regroupent au plus vite pour atteindre le chiffre énoncé.

## Variantes

- Celui qui ne trouve pas de groupe reçoit un gage.
- Sous forme de jeu de poursuite: Un chasseur doit attraper tous les électrons qui n'ont pas trouvé de place.
- Avec différentes balles (tennis, ping-pong, etc.), ce qui permet une plus grande variété.
- Utiliser des balles d'unihockey de couleurs différentes afin d'augmenter les possibilités de regroupement.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO