

Unihockey – Conduite de balle: Déménagement

Cet exercice permet d'améliorer sa technique de canne et la conduite de la balle de manière ludique. Les élèves apprennent en outre à conserver une vue d'ensemble de la situation.

Remplir deux éléments de caisson avec un nombre égal de balles (deux à trois fois plus de balles que d'élèves). Chaque équipe dispose d'un caisson et d'un «dépôt» formé de cerceaux. Au signal, les deux groupes s'élancent de leur poste pour ramener les balles au dépôt. Quel groupe remplira ses stocks en premier?

Variante

Un seul caisson: quel groupe ramène le plus de balles au «dépôt»?

Source: [Beutler, B. & Wolf, M. \(2004\). Unihockey basics – Spielentwicklung in Schule und Verein. Herzogenbuchsee: Ingold Verlag/ SVSS](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO