

# Unihockey – Passes: Passes en ligne

Au cours de cet exercice, les élèves apprennent à adresser des passes précises et à les réceptionner correctement: deux capacités de bases fondamentales pour le développement d'un jeu collectif.

Former des colonnes de quatre à six joueurs, avec un coéquipier situé en face. Les joueurs passent et réceptionnent chacun à leur tour et se remettent derrière la colonne. Changement après un tour complet.

## Variation

Concours de groupes: quel groupe réussit le premier 50 passes?

## plus difficile

Seules les passes directes ou par-dessus un obstacle (banc, élément de caisson) sont autorisées.

---

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