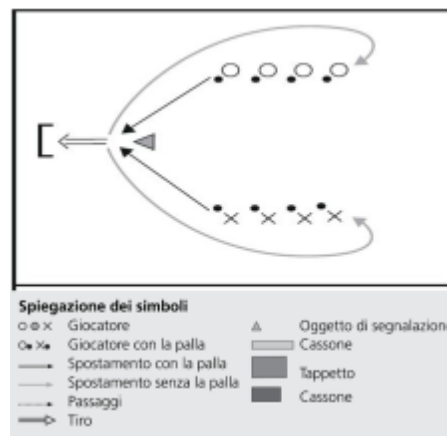


Smolball – Attaccare: Tiro a segno

Obiettivo dell'esercizio è di effettuare il maggior numero possibile di conclusioni a rete. Si possono così esercitare e migliorare diverse tecniche di tiro.

Due squadre sono allineate una di fronte all'altra davanti alla porta. Al fischio, un giocatore della squadra A inizia e cerca di concludere a rete. Dopo aver tirato, si mette dietro ai suoi compagni. Al prossimo tiro, parte un giocatore della squadra B.



Varianti

- A ogni nuovo turno, utilizzare una tecnica di tiro diversa.
- Definire prima in quale parte della porta bisogna tirare (ad esempio metà inferiore o superiore della porta).
- I giocatori guadagnano punti per la loro squadra.
- Quando non riesce a tirare in porta, il giocatore è eliminato. Quale squadra rimane con l'ultimo giocatore?

Materiale: porte, racchette, numerose palline, demarcazioni

Fonte: Mischa Stillhart, docente alla SUFSM, Macolin e presso l'istituto BWZ di Rapperswil



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP