

Unihockey su campo grande: Elementi tattici

Una partita di unihockey è caratterizzata da finezze tecniche e giochetti tattici. Elementi quali le varianti nelle punizioni, la superiorità numerica, gli «uno-due» non solo affascinano gli spettatori ma possono pure portare una squadra alla vittoria. Occorre una notevole capacità di gioco per sfruttare a proprio vantaggio gli elementi tecnico-tattici.



Tattica individuale

Difendere la pallina: il giocatore in possesso della pallina cerca di proteggerla con il proprio corpo. Si colloca fra la pallina e il giocatore avversario.

Smarcarsi: il giocatore cerca (senza pallina) di correre in una posizione dove può ricevere il passaggio. Si stacca dall'avversario, cambia velocità,

esegue delle finte.

Linea di passaggio: il giocatore che difende si mette sulla linea di passaggio tra il portatore della pallina e il suo compagno di squadra. Il compagno libero non può ricevere la pallina.

Inside: la posizione corretta del giocatore in difesa si situa tra il giocatore che porta la pallina e la porta. Linea di difesa o linea di tiro presunte.

Tattica di gruppo

Doppio passaggio: subito dopo il tiro, il giocatore che lo ha eseguito si riposiziona per ricevere un passaggio, direttamente o dopo un determinato lasso di tempo.

Situazioni standard: si tratta di situazioni che si ripetono o che capitano nel medesimo punto del campo e possono essere allenate con delle varianti. Esempi: punizioni, ingaggi, rigori.

Tattica di squadra

Sistemi di gioco: s'intende la disposizione in campo della squadra e i compiti tattici dei giocatori. I blocchi di ogni squadra possono giocare con svariati sistemi.

Difesa/Marcatura a zona: ogni giocatore si occupa di marcare nella zona che gli viene assegnata. Di solito si applica nella propria metà campo.

Difesa/Marcatura a uomo: ogni giocatore marca il proprio avversario diretto. Si utilizza su tutto il campo.

Forechecking: si cerca di disturbare e di mettere pressione all'avversario già mentre costruisce la sua azione. Cercare di costringere l'avversario con uscite da una determinata parte del campo.

Pressing: si cerca di mettere pressione all'avversario per rubargli la pallina. Lo si può applicare su tutto il campo.

Powerplay: superiorità numerica, quando si ha almeno un uomo in più in campo. In caso di penalità contro l'avversario.

Boxplay: inferiorità numerica, quando si ha almeno un uomo in meno in campo. In caso di penalità contro la propria squadra.

Transizione

Con gioco di transizione s'intende il passaggio di difesa e attacco (contropiede) e viceversa (backchecking).

Contropiede: più velocemente lo si esegue, più grande è la possibilità di arrivare alla conclusione in una situazione di superiorità numerica prima ancora che la squadra avversaria si sia ricompattata.

Backchecking: rapido cambiamento in caso di perdita della pallina da gioco di attacco a difesa.

Tattica

La disposizione della squadra sul campo è data in cifre partendo dalla difesa. Esempio: 2-1-2 = 2 difensori - 1 centro - 2 attaccanti.

Nel descrivere le situazioni di gioco si nomina sempre prima la squadra oppure il giocatore in possesso della pallina. Esempio: 1:2 = il giocatore con la pallina si trova di fronte a due avversari.

Fonte: [Wolf, M. \(2003\). Unihockey. Il gioco e l'allenamento. Macolin: Ufficio federale dello sport UFSP](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP