

# Unihockey su campo grande: Dal campo piccolo a quello grande

Quando si passa da un campo di dimensioni ridotte a un campo grande, bisogna preparare i giocatori alle condizioni di gioco diverse e prestare attenzione a un paio di punti, che vengono presentati qui di seguito.



## Differenze

Il gioco rimane sostanzialmente il medesimo. Cambiano solo:

- lo spazio (nuove misure del campo, passaggi, tiri e movimenti su distanze più lunghe)
- tempo (più tempo di gioco e di presenza sul campo)
- forza (esigenze supplementari/nuove/diverse)

## Conseguenze

- Il gioco di squadra/collettivo cambia dal 3:3 al 5:5.
- Si modifica il rapporto tra passaggi e conclusioni. Sul terreno di gioco occorrono molti più passaggi per arrivare in posizione di tiro (la rete di passaggi acquisisce dunque un peso maggiore)

## Il cambio da campo piccolo a campo grande

Il momento esatto per passare dal campo piccolo al campo grande dipende dai seguenti fattori:

- suddivisione delle categorie giovanili (federazione)
- struttura della formazione delle giovani leve (società)
- fase di sviluppo del singolo giocatore

Nella fase di transizione (ad esempio juniori B) è utile svolgere i primi allenamenti sul campo grande (20 x 40 m) parallelamente a quelli sul campo piccolo.

## Preparazione al campo grande

Per ottenere una transizione ottimale i giocatori dovrebbero familiarizzarsi su un campo piccolo con gli elementi tecnico-tattici del campo grande.

### Elementi di tattica individuale

- Comportamento nelle conclusioni: esercitare i differenti tipi di tiro e conclusioni, imparare ad usare la giusta tecnica di tiro nel momento giusto.
- Comportamento nei duelli: allenare i diversi elementi (mandare, assumere, dirigere/ frenare, marcatura stretta).

### Elementi di tattica di gruppo

- Gioco collettivo/di squadra: maggiore importanza della rete di passaggi, diversi tipi di passaggio (distanze), sviluppare la rete di passaggi attraverso diverse postazioni (esempio: partita con porte piccole, possesso della pallina, ecc.).

### Elementi di tattica di squadra

- Forechecking, pressing, diversi sistemi (esempio: difesa a uomo o a zona).

Una formazione più ampia possibile facilita al giovane giocatore l'adattamento ai nuovi elementi tecnico-tattici.

## Abituarsi al campo grande

Per permettere una buona integrazione dei nuovi giocatori si consiglia di procedere a un buon mix nelle linee di attacco e di difesa. I giovani giocatori potranno così approfittare dell'esperienza dei più «vecchi» e, se i ruoli e la loro attribuzione sono distribuiti con chiarezza, potranno familiarizzarsi più facilmente con il campo grande.

### Regole

Sul campo grande le regole si differenziano poco rispetto a quello piccolo. Le regole di gioco in vigore sono pubblicate sulla sito internet di [swiss unihockey](http://swiss.unihockey).

---

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