

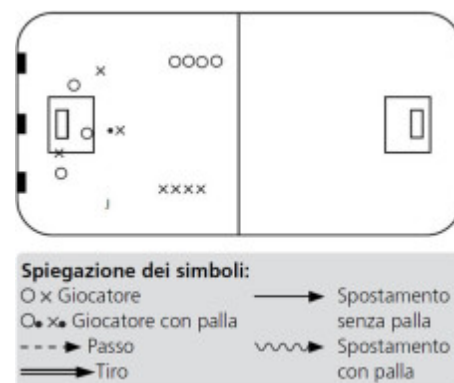
Unihockey su campo grande – Small game: Gioco con joker

Grazie alla presenza di un joker, questo esercizio permette di allenare le situazioni speciali. Si migliora così la comprensione del gioco individuale e collettivo.

Le porte vengono posizionate frontalmente (si può giocare con una, due o addirittura tre porte, a seconda del numero di portieri presenti all'allenamento). Si gioca in 3:3. Inoltre vi è a disposizione un joker, che può giocare per entrambe le squadre (dipende da quale squadra riceve il passaggio).

La squadra in possesso palla può così usufruire di una situazione di superiorità numerica (4:3), ciò che dovrebbe permettere dei passaggi più veloci e possibilmente diretti.

Quando una palla esce, l'allenatore ne rinvia subito una nuova e il gioco continua. Dopo 45 secondi, l'allenatore chiama il cambio, i giocatori lasciano la palla sul posto ed escono dal campo. I primi tre giocatori di ogni colonna entrano a loro volta in campo e proseguono la partita senza interruzioni.



Varianti

- Si può giocare anche in 2:2 (su entrambi i lati).
- Solo i tiri diretti valgono come rete.
- I giocatori di riserva possono essere inclusi.

Osservazione: l'obiettivo di ogni giocatore deve sempre essere di segnare delle reti. Nelle forme di gioco small game bisogna perciò favorire delle conclusioni a rete veloci e dirette.

Fonte: [swiss unihockey](https://www.swissunihockey.ch)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO