

Tchoukball: Fasi di gioco

Quando le regole di base e lo spirito del tchoukball sono assimilati, è possibile sviluppare un gioco più costruito, nel quale i ruoli differiscono a seconda delle fasi. Presentazione degli elementi essenziali dell'attacco, della difesa e del gioco di transizione.



Foto: Stéphane Bruhin

Attacco

L'attacco è il momento in cui la squadra è in possesso palla e detta il gioco; l'azione si conclude con un tiro. Obiettivo dell'attacco è di segnare dei punti. Per riuscirci, la squadra deve poter contare non solo sulle competenze tecniche dei suoi giocatori, ma anche su un dispositivo tattico comune (v. «[Posizioni e spostamenti dei giocatori](#)»). La squadra costruisce l'azione d'attacco con dei passaggi. Si trova in una situazione favorevole quando uno o più giocatori sono in una posizione ottimale per segnare un punto.

L'attacco si articola attorno a tre fondamentali tecnici: lanciare, ricevere e tirare. In questa fase si insegna in particolare a:

- Migliorare i passaggi e la loro pertinenza:
 - tirare verso un bersaglio fisso, poi in movimento (v. filmato «[Lancio del pallone](#)»)
 - tirare da fermi, poi in movimento (v. filmato «[Lancio del pallone](#)»)
 - ricevere la palla da fermi, poi in movimento (v. filmato «[Ricezione del pallone](#)»)
- Migliorare i tiri e la loro pertinenza:
 - mirare il pannello stando fermi, poi in movimento e infine tirare con un salto in estensione
 - variare la profondità dei tiri (v. filmati «[Tiro a 45° in prima zona](#)» e «[Tiro a 45° in seconda zona](#)»)
 - mirare il pannello stando di fronte (tiro frontale) poi aumentando gli angoli di slancio e di tiro (v. filmato «[Tiro lungolinea](#)»)
 - mirare il bersaglio
- Piazzare il maggior numero di giocatori in posizione favorevole per il tiro.

→ [Esercizi «Attacco: Passaggi»](#)

→ [Esercizi «Attacco: Tiri»](#)

Difesa

La difesa è, oltre ai falli commessi dall'avversario, l'unico altro modo che una squadra ha per recuperare il pallone, oltre ai falli commessi dagli avversari. L'obiettivo della squadra che difende è di occupare le zone che possono essere raggiunte dal tiratore per recuperare il pallone dopo il rimbalzo sul pannello. Per riuscirci, la squadra deve poter contare non solo sulle competenze tecniche dei suoi giocatori, ma anche su un dispositivo tattico comune (v. «[Posizioni e spostamenti dei giocatori](#)»).

In questa fase si insegna in particolare a:

- migliorare il modo di intercettare il pallone:
 - applicare la tecnica giusta (ammortizzare il pallone)(v. filmati «[Difesa in ginocchio](#)» e «[Difesa in piedi](#)»)
 - assumere la posizione corretta (filmati «[Difesa in ginocchio](#)» e «[Difesa in piedi](#)»)
- piazzamento del giocatore per ricevere il pallone:
 - spostarsi correttamente (v. filmato «[Difesa in piedi](#)»)
 - capire l'«effetto specchio» del tiro
 - posizionarsi a «specchio» rispetto al tiratore
- occupare dei possibili bersagli con la squadra
 - collaborare coi propri compagni di squadra

→ [Esercizi «Difesa: Tecnica individuale»](#)

→ [Esercizi «Difesa: Organizzazione collettiva»](#)

Transizioni

La transizione dalla difesa all'attacco avviene dopo che un difensore riesce a recuperare il pallone. Il ruolo delle squadre si inverte: gli attaccanti diventano difensori e i difensori attaccanti. Visto il numero limitato di passaggi prima del tiro sul pannello (salvo in ambito scolastico, v. «[Qualche precisazione](#)»), tutti i giocatori della squadra devono essere attivi per offrire il maggior numero di possibilità al portatore di palla. I principi di questa transizione sono assimilati rapidamente dai bambini, poiché permettono di soddisfare il loro desiderio di andare all'attacco e di tirare.

In questa fase si insegna in particolare a:

- piazzarsi in posizione favorevole per il tiro (tattica)

Durante la transizione dall'attacco alla difesa, i giocatori devono dar prova di reattività, poiché in questo caso è l'avversario che detta il ritmo del gioco. Si tratta di riuscire a posizionarsi rapidamente in modo adeguato per difendere la palla (in modo speculare rispetto al tiratore), continuando ad osservare il gioco degli avversari e a

cercare di capire quali sono le loro intenzioni. Questa fase di transizione non è naturale per i bambini e deve perciò essere esercitata. Vi è infatti il rischio che al termine della loro azione d'attacco smettano di giocare, allorché il gioco prosegue se il pallone è intercettato da un difensore.

In questa fase si insegna in particolare a:

- reagire rapidamente
- spostarsi
- posizionarsi come specchio del portatore di palla (tattica).

→ [Esercizi «Transizioni»](#)

Fonte: Muriel Sommer Vorpe, capodisciplina G+S Tchoukball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO