

Imparare l'hockey su ghiaccio – Il potere del gioco: Condividere il disco – Sfida di passaggi!

Lettura del gioco, copertura del disco, comunicazione e passaggi precisi sono la chiave di questa forma di gioco.

Punti chiave: passaggi precisi, prendere delle decisioni (a chi fare il passaggio?), head up, comunicazione, corpo fra avversario e disco, lettura del gioco



Due squadre di cinque giocatori, ognuna con un disco su una metà della zona difensiva. Tre giocatori per squadra sono in movimento e gli altri due sono fissi (jolly) sulla linea blu. I giocatori si passano il disco alternando un passaggio a un giocatore in movimento nella zona difensiva e un altro a un jolly.

Tre giocatori supplementari, suddivisi nella zona difensiva, cercano di intercettare il disco delle due squadre. Il giocatore che perde il controllo del disco o esegue un passaggio sbagliato scambia il posto con uno dei due jolly della sua squadra. Le due squadre giocano ognuna in una metà della zona difensiva oppure liberamente in tutta la zona difensiva..

Sfida: «conserva il disco e resta in movimento!». Quale squadra realizza il maggior numero di passaggi? Contare ad alta voce.

Varianti

- I tre giocatori supplementari possono spostarsi ma solo all'interno dei cerchi.
- Allenatori: «Date libero sfogo alla vostra creatività!»

Progressione metodologica «Condividere il disco»

1. Condividi il puck!
2. Sfida di passaggi!
3. Tre passaggi, tre goal

Le regole, il tempo e/o lo spazio di ogni gioco possono essere adattati per stimolare più attivamente i giocatori

Fonte: Christophe Fellay, esperto G+S Hockey su ghiaccio / Charles Oppliger, esperto G+S Hockey su ghiaccio



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO