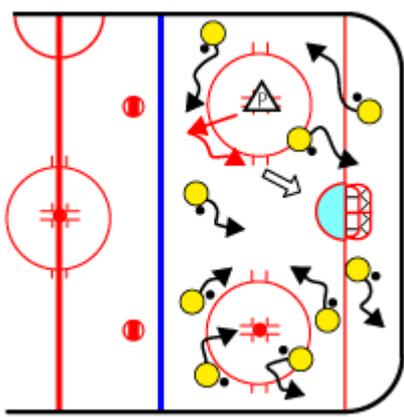


Imparare l'hockey su ghiaccio – Il potere del gioco: Proteggere/difendere insieme il disco – Chi sopravviverà al predatore?

La protezione del disco esige soprattutto una particolare posizione del corpo. Questo gioco persegue questo obiettivo!

Punti chiave in attacco: head up, posizione bassa e ampia, corpo fra il disco e l'avversario, recuperare il disco

Punti chiave in difesa: spingere l'avversario verso «zone scomode», paletta contro paletta, volere il disco



Nella zona difensiva, un predatore (P) cerca di intercettare il disco degli altri giocatori e di farlo scivolare nella rete libera.

Finché il disco non entra in rete, il giocatore che l'ha perso può cercare di recuperarlo. Se non ci riesce, diventa anche lui predatore.

Sfida: chi è l'ultimo sopravvissuto?

Progressione metodologica «Proteggere/difendere insieme il disco»

1. Attenzione al traffico!
2. Chi sopravviverà al predatore?
3. Prigionieri della sfera!

Il tempo e/o lo spazio a disposizione diminuisce in ogni tappa, ciò aumenta la pressione sui giocatori. Solo coloro che usano correttamente il disco sono ricompensati durante questi giochi.

[Lista di controllo: valutare i giochi in base ai quattro pilastri dell'apprendimento](#) (pdf)

Fonte: Benoit Pont, responsabile G+S Hockey su ghiaccio



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO