

Imparare l'hockey su ghiaccio – Il potere del gioco: Proteggere/difendere insieme il disco – Attenzione al traffico!

Conservare il disco non è un obiettivo individuale. Grazie a questo gioco, i ragazzi imparano a fare dei passaggi forti e precisi.

Punti chiave: head up, comunicazione forte, passaggi forti e precisi



Due squadre in una zona difensiva, una delle due circonda l'altra. I giocatori che si trovano all'interno dispongono ognuno di un disco ed eseguono dei doppi passaggi in movimento ai giocatori esterni (riserve), che giocano rimanendo al loro posto.

- Al primo segnale invertire i ruoli.
- Al secondo segnale, i giocatori che si trovano all'esterno sono in possesso del disco ed eseguono dei doppi passaggi.
- Al terzo segnale invertire i ruoli.

Sfida: quale giocatore realizza il maggior numero di passaggi precisi dopo un appello forte in un minuto?

Varianti

- Alcuni giocatori di entrambe le squadre si trovano all'interno e all'esterno della zona dei passaggi. L'allenatore impartisce direttive precise: ad es. i giocatori all'interno effettuano tre doppi passaggi ai loro compagni esterni, poi un doppio passaggio a un giocatore esterno dell'altra squadra, ecc.
- Aggiungere degli ostacoli o dei compiti supplementari.

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