

Imparare l'hockey su ghiaccio – Il potere del gioco: il disco in competizione – I migliori gladiatori!

Questo gioco implica due squadre – situazioni di «uno contro uno» fino a «tre contro tre» – che affrontano lo stesso portiere.

Punti chiave in attacco: vincere i duelli, tirare da tutte le posizioni, trovare rapidamente il disco, secondo e terzo sforzo, segnare delle reti

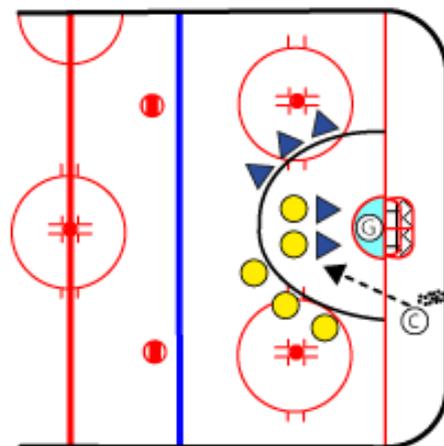
Punti chiave in difesa: vincere i duelli, restare «inside» (fra l'attaccante e il suo portiere), controllare la paletta, trovare rapidamente il disco, head up

Due contro due su un'area ristretta, con un portiere. Gli altri giocatori formano un muro a forma di semi cerchio attorno alla porta e rimettono in gioco il disco.

Quando il difensore recupera il disco, per evitare che si liberi del disco, deve eseguire un compito preciso (ad es. fare un passaggio all'allenatore che si trova dietro la porta).

Cambiare spesso le coppie di attaccanti e difensori. Dopo tre minuti, la squadra che attacca difende e viceversa.

Sfida: quale squadra segna il maggior numero di reti?



Varianti

«Uno contro uno» o «tre contro tre»

Progressione metodologica «Il disco in competizione»

1. Tre possibilità di segnare!
2. I migliori gladiatori!
3. Sii un antagonista!

In ognuno di questi tre giochi, i giocatori devono trovare delle soluzioni per segnare delle reti o per impedire che ne vengano segnate.

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

Altri giochi

Schede di gioco di Charly Oppliger e Rolf Altorfer e numerosi piccoli giochi nel DVD «Hockey Toolbox» (capitolo «Concept de formation», pagg. 69-70) ordinabili all'indirizzo info@swiss-icehockey.ch.

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