

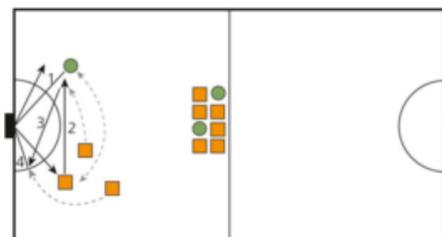
Tchoukball – Transizioni: Dopo la difesa...

La riuscita di questo esercizio dipende dalla capacità dei giocatori di riposizionarsi velocemente in posizione favorevole per effettuare un tiro dopo aver difeso.

Su una metà campo, formare dei gruppi di quattro giocatori (un'ala e tre difensori all'inizio dell'azione) sulla linea centrale. L'ala effettua un tiro «facile» sul pannello e uno dei tre difensori recupera il pallone.

I due difensori senza palla diventano delle ali e costruiscono una nuova azione con il terzo difensore. L'ala della prima azione questa volta difende. Al termine di questa seconda azione, i quattro giocatori recuperano il pallone e si riposizionano sulla linea centrale passando sui lati del campo cosicché il gruppo seguente possa eseguire lo slancio.

Cambiare l'ala all'interno del gruppo dopo ogni azione.



Descrizione dei simboli			
●	Attaccante	\dashrightarrow	Spostamento
● ●	Attaccante con palla	\rightarrow	Passaggio
■	Difensore	\searrow	Tiro
● ○	Giocatore	\triangle	Cono
● ○ ○	Giocatore con palla	\perp	Paletto
AD	Ala destra	\bigcirc	Cerchio
AG	Ala sinistra	$\text{---} \text{---} \text{---}$	Panchina
CC	Centro-centro	---	Cassone
C	Centro-pannello	\square	Tappetino

Cliccare sull'immagine per ingrandirla

Varianti

Più facile

- Limitare la seconda azione a uno o due passaggi.
- Con due soli difensori.
- Senza tiro. L'ala prende posizione tra il pannello e i difensori, stando di fronte a loro, e effettua un passaggio. Questo passaggio simula il pallone che ritorna dopo il rimbalzo sul pannello.

Più difficile

- Su un campo, con due pannelli e tre o più difensori. Quando hanno recuperato il pallone, i difensori scelgono il pannello su cui vogliono attaccare (gioco bipolare).
- Dopo il tiro, l'ala «solitaria» prende posizione in difesa su un'ala e non si muove più. Da parte loro, i difensori divenuti attaccanti sviluppano un'azione che si conclude con un tiro e il cui bersaglio è all'opposto dell'ala «solitaria».

Materiale: un pannello (eventualmente due), un pallone per gruppo

Fonte: Muriel Sommer Vorpe, capodisciplina G+S Tchoukball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO