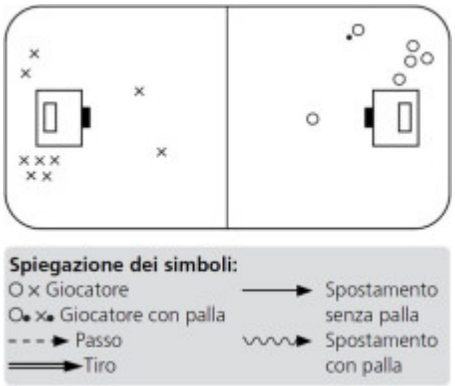
Unihockey su campo grande – Tattica: Transizione

Avanzare in due contro uno, ripiegarsi difensivamente durante il contrattacco che segue: in questo esercizio i giocatori devono adeguare velocemente il loro comportamento.



Le due porte vengono avvicinate in modo da ridurre le dimensioni del campo da gioco. Due giocatori attaccano in 2:1 contro un difensore già in posizione. L'allenatore mette la palla in gioco (a mezz'altezza, affinché gli attaccanti debbano controllarla).

Dopo il tiro dell'attaccante, un nuovo difensore avanza con la sua palla verso la porta opposta. I due giocatori che in precedenza avevano attaccato, si mettono in posizione per un backcheking corretto e cercano di fermare il difensore prima che concluda.

Appena l'azione del difensore è bloccata (o dopo un suo tiro), l'allenatore lancia una nuova palla in campo. È il segnale per una nuova azione in 2:1 degli attaccanti, contro il difensore (lo stesso difensore che poco prima aveva attaccato).

Dopo il tiro degli attaccanti parte un nuovo difensore e i due giocatori effettuano un backchecking, ecc.

Varianti

- Continuare il gioco fino a quando si segna un determinato numero di reti.
- Chi riesce a segnare per primo dieci reti? I difensori o gli attaccanti? Oppure: i difensori riescono a segnare cinque reti prima che gli attaccanti ne abbiano fatte dieci?

Fonte: swiss unihockey

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO