

Tchoukball – Difesa/Organizzazione collettiva: Difendere in situazione di gioco continuato

Questo esercizio consiste nel coprire, coi propri compagni di squadra, tutti i bersagli possibili dell'avversario.

Su un campo, giocare a 3:3 fino a 7:7 secondo le regole del tchoukball a scuola. Per una durata predefinita, i ruoli sono tuttavia fissi. Quando i difensori recuperano il pallone, lo appoggiano per terra e gli attaccanti iniziano una nuova azione.



Cliccare sull'immagine per ingrandirla

Variante

- Sotto forma di gara: quale squadra segna più punti?
- Con un numero di attaccanti inferiore a quello dei difensori (ad esempio 4:7). Un numero ridotto d'attaccanti aumenta la loro partecipazione al gioco.

Più facile

- Eseguire le azioni secondo uno schema prestabilito (v. [«Posizioni e spostamenti dei giocatori»](#) (pdf)).
- Limitare a tre passaggi al massimo e non sanzionare la perdita del pallone. Questa forma di gioco permette ai difensori di beneficiare di un numero maggiore di occasioni di prendere la palla.

Materiale: due pannelli, un pallone

Fonte: Muriel Sommer Vorpe, capodisciplina G+S Tchoukball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO