

Tchoukball – Attacco/Passaggi: A ogni passaggio la sua risposta!

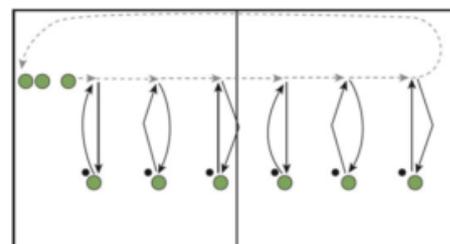
Precisione e varietà dei passaggi in movimento: sono queste le sfide che i giocatori devono affrontare durante questo esercizio.

Su un campo, formare una colonna di giocatori dietro la linea di fondo. Il primo parte e si sposta lungo una linea nel senso della lunghezza. Cinque o sei compagni, ognuno con un pallone, sono disposti su una linea parallela e gli fanno un passaggio in tre modi diversi quando giunge alla loro altezza: pallonetto, passaggio teso, passaggio con rimbalzo. Il giocatore rinvia la palla ogni volta in modo diverso.

Esempio: pallonetto > passaggio teso; passaggio con rimbalzo > pallonetto; passaggio teso > passaggio con rimbalzo.

Alla fine dell'azione il giocatore ritorna in fondo alla colonna correndo. Cambiare i ruoli dopo un certo numero di passaggi.

Osservazione: invertire le posizioni per esercitare i passaggi in movimento sull'altra fascia.



Descrizione dei simboli			
●	Attaccante	----->	Spostamento
●●	Attaccante con palla	→	Passaggio
■	Difensore	↘	Tiro
○	Giocatore	△	Cono
●○	Giocatore con palla	⊥	Paletto
AD	Ala destra	○	Cerchio
AG	Ala sinistra	⊕	Panchina
CC	Centro-centro	■	Cassone
C	Centro-pannello	□	Tappetino

Cliccare sull'immagine per ingrandirla

Varianti

Più facile

- Due soli modi di passare il pallone.

Più difficile

- Passare una volta con la mano forte, un'altra con quella debole o tirare il pallone in estensione

Materiale: un pallone per ogni giocatore che esegue il passaggio

Fonte: Muriel Sommer Vorpe, capodisciplina G+S Tchoukball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO