

## Pallamano – Portiere: Un giocatore a parte

Il portiere è un giocatore speciale. Senza di lui, il gioco non potrebbe funzionare. Ma a scuola questa figura è davvero indispensabile? Qualche spiegazione per gli insegnanti.



Mentre fra i bambini è facile trovare dei candidati per difendere la porta, fra i più grandi la ricerca diventa più difficile. Senza contare che le ragazze raramente si offrono volontarie. I giocatori che si mettono a disposizione devono beneficiare di un allenamento che permette di acquisire capacità motorie specifiche al compito da svolgere.

Da un punto di vista metodologico, l'insegnante può scegliere sia di allestire delle postazioni riservate ai portieri, sia di integrare l'allenamento dei portieri in alcune sequenze di tiri in porta. Prima di tirare in porta, i giocatori devono sempre aspettare che il portiere sia pronto e concentrato.

### Bersagli diversi

Per gli esercizi di tiro, il problema può essere risolto sostituendo il portiere con diversi bersagli. I giocatori più forti possono così tirare con forza senza rischiare di far male ad un compagno. Di seguito qualche proposta per sostituire il portiere:

- collocare un cassone nella porta. Si segna una rete se la palla passa fra la traversa e il cassone
- appendere dei nastri di diversi colori (valori) all'interno della porta
- disporre due palloni medicinali nei due angoli inferiori oppure un pallone medicinale sul cassone. Si segna una rete se il pallone cade a terra
- suddividere la porta in varie parti con delle corde e attribuire dei punti ad ogni zona collocare due coni a terra negli angoli inferiori e infilarne altri due nella parte alta della rete
- se c'è un portiere tirare eseguendo dapprima un rimbalzo a terra o con la mano «debole».

### A turno

Nella forma finale la figura del portiere è indispensabile. Gli allievi sono molto più motivati se l'obiettivo è di battere un compagno e non di evitare un cassone collocato al centro della porta. A scuola, vista la breve distanza che separa la zona della porta, si consiglia di limitare la panoplia di tiri. In questo modo i portieri sono meno timorosi e ogni allievo può calarsi in questo ruolo.

---

Fonte: Gautschi, R. (2006). Insetto pratico «mobile» 22/2006: Pallamano. Macolin: Ufficio federale dello sport UFSPÖ



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPÖ**