

Unihockey – Passare: Fare centro

Lo spostamento rende il passaggio e la ricezione più difficili. Questo esercizio costringe gli allievi a riprodurre questa sequenza di gioco in tutta la palestra.



Distribuire diversi bersagli (elementi di cassone, parete, panchine, ecc.) in tutta la palestra. I bambini si muovono liberamente con la pallina nella palestra e cercano di colpire più bersagli possibili e in seguito riguadagnare il controllo della pallina.

Varianti

- Passaggi di dritto e di rovescio.
- Come esercizio a coppie: fare un passaggio doppio tramite il bersaglio.
- Presso ogni bersaglio si trova un giocatore che passa direttamente la pallina a chi l'ha tirata.

Materiale: diversi attrezzi

Fonte: [Reto Balmer, responsabile della formazione a swiss unihockey](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO