

Unihockey – Passare: Passaggi a stella

Dei passaggi controllati contribuiscono al successo dell'azione. Questo esercizio spinge i bambini a passare e a ricevere la pallina in modo preciso.



I bambini si dispongono in cerchio in piccoli gruppi (4-6 giocatori). Un giocatore è nel centro e ha una pallina. Tira la pallina al primo giocatore del cerchio che gli ritorna il passaggio.

In seguito, il bambino nel centro tira la pallina al secondo giocatore e così via formando una stella con le traiettorie.

Varianti

- I tiri non rispettano una sequenza prestabilita, è il giocatore a decidere da solo.
- Svolgere come una gara.
- Fare solo passaggi diretti, senza controllo.
- Al segnale del docente, cambiare direzione.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO