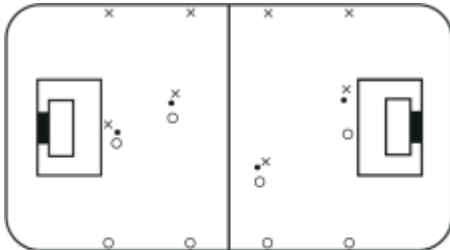


Unihockey – Forme di gioco: 1 contro 1 con porta umana

Questo gioco permette di coinvolgere simultaneamente quattro allievi. Due si affrontano uno contro uno mentre gli altri due formano la porta con le loro gambe.



Spiegazione dei simboli:

- o x Giocatore
- o x Giocatore con la palla
- Spostamento
- → Passo
- ==== → Tiro
- ▲ Oggetto di segnalazione

Formare delle coppie. Si affrontano sempre due squadre. Un giocatore per squadra è in piedi a gambe divaricate vicino alla parete lunga della palestra e forma una porta. Il bastone capovolto può essere usato come «portiere».

Gli altri due allievi giocano uno contro l'altro nel campo cercando di segnare. Al segnale del docente («cambio»), il giocatore libero e la «porta umana» si scambiano il ruolo.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO