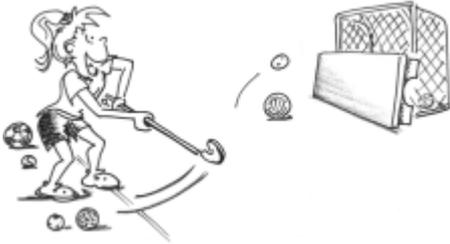


# Unihockey – Tirare: Ancora più in alto

Durante questo esercizio i bambini devono cercare di segnare superando un portiere «finto». Questo permette loro di allenare la precisione.



Ridurre lo spazio della porta con una panchina, un elemento di cassone o una banda. In questo modo i bambini devono tirare in alto per ottenere punti.

## Varianti

- Usare diversi tipi di palle (da tennis, softball piccolo).
- Eseguire diversi tipi di tiro..
- Aumentare/ridurre la distanza.

**Materiale:** panchina, elemento di cassone o banda, palle diverse.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO