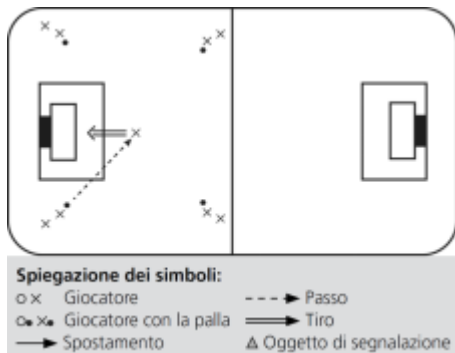


Unihockey – Tirare: Serie di tiri

Questo esercizio è difficile dal punto di vista coordinativo. I bambini devono tirare in porta senza controllare la pallina in precedenza.



Quattro bambini con una pallina si trovano a circa 5 metri dalla porta. Davanti alla porta si trova un quinto giocatore. Al segnale del docente, l'allievo che si trova nel centro si gira verso uno dei quattro (a piacimento). Il giocatore scelto passa la pallina a quello centrale che cerca di concludere tirando in porta. In seguito si gira verso un altro giocatore che gli tira la pallina, e via dicendo. Dopo quattro tiri in porta, si cambia il giocatore centrale.

Varianti

- Eseguire diversi tipi di tiro.
- Tiri diretti

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP