

Unihockey – Passare: Passaggi numerati

In questo esercizio i bambini devono mantenere il contatto visivo con i compagni durante i passaggi.



La classe è suddivisa in gruppi da 4-5 giocatori. I diversi gruppi sono distinti da nastri o pettorine. Ogni giocatore ottiene un numero. Tutti corrono liberamente nella palestra e cercano sempre di passare la pallina al prossimo numero.

Varianti

- Tirare di dritto/di rovescio.
- Condurre la pallina al massimo per tre secondi.
- Una volta ottenuta la pallina, passarla direttamente (molto difficile).
- Diverse palline.
- Cambiare l'ordine.

Materiale: nastri o pettorine.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO