

Unihockey – Passare: Passaggio in galleria

Durante questo esercizio, i bambini sono confrontati con diverse situazioni di gioco e devono riuscire a eseguire dei passaggi correttamente.



Formare delle coppie. Quale delle squadre riesce a realizzare più passaggi all'interno di una galleria (paletti o barriere per corsa con ostacoli) in un determinato periodo di tempo?

Varianti

- Aumentare/ridurre la distanza.
- Ridurre o aumentare le dimensioni della galleria.
- Realizzare i passaggi sopra/sotto/tra gli ostacoli.
- I gruppi restano in movimento e cercano sempre nuovi oggetti tra i quali possono fare un passaggio.
- Un terzo giocatore rappresenta un ostacolo posizionandosi a gambe divaricate.

Materiale: ostacoli (paletti o barriere).

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO