



G+S-Kids: Introduzione Hockey su ghiaccio – Lezione 10

"Giochi 2"

Autore

Rolf Altorfer, Capo disciplina hockey su ghiaccio (Con il supporto del KK 2008 e SIHA)

Condizioni quadro

Durata della lezione ≥60 minuti
Livello basso medio impegnativo
Età consigliata 7 - 10 anni
Grandezza del gruppo Non è importante
Luogo del corso Superficie di ghiaccio delimitata
Sicurezza Nessuna in particolare

Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

Qui trovi una scelta di giochi, utilizzabili a piacimento nelle lezioni.

Indicazione

Si possono svolgere intere lezioni con giochi, ma anche lezioni „GEG“ cioè:
GIOCARRE - ESERCITARE (esercizi adeguati) - GIOCARRE

Contenuti

Gioco per il pattinaggio

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
	Rincorrersi a gruppi con tocco di testa: l'inseguitore, pattinando in avanti (entrambi i pattini sempre a contatto con il ghiaccio), le mani dietro la schiena, cerca di toccare con la testa il petto di quelli che scappano, pattinando all'indietro	Campi delimitati, piccoli gruppi di 3-5 giocatori - chi viene toccato diventa inseguitore	

Gioco per la condotta del disco e del passaggio

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
	4:1 sul cerchio: 4 giocatori piazzati sul cerchio si passano un disco, il giocatore che si trova nel cerchio cerca di toccare/controllare il disco	Cerchi degli ingaggi, 2 o più gruppi - cambio secondo le indicazioni (tocco del disco, controllo del disco, disco non controllato da parte di chi passa, ...)	Dischi

Gioco "completo"

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
	Gioco in superiorità numerica: si gioca di traverso 3:3 fino a 5:5 (ev. con giocatori di ricambio) - a turno, un giocatore non può lasciare la sua metà campo difensiva → in questo modo si registra sempre la superiorità numerica	I giocatori che non difendono devono accordarsi e cambiare di tanto in tanto	Porte, dischi, ev. maglie