

Lezione

Attacco

Attaccare non è per niente difficile se si tiene la mazza correttamente e si riesce a tirare in porta. Questa lezione propone diverse situazioni di gioco senza avversari per acquisire alcuni automatismi.

Condizioni quadro

Durata della lezione: 45 minuti

Livello di capacità: 6°-12° anno scolastico

Età: 11-18 anni

Livello: Avanzati

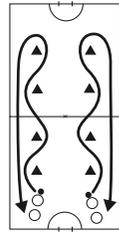
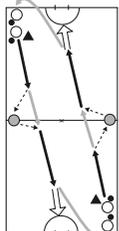
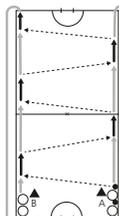
Livello di apprendimento: acquisire, applicare

Obiettivi d'apprendimento

- Essere in grado di effettuare un attacco.
- Apprendere la tecnica per tenere la mazza durante gli attacchi.

Legenda

| | |
|--------------------------|-------------------------------|
| ○ Attaccante | -----> Passaggio |
| ● Attaccante con palla | ~~~~~> Palla che rotola |
| □ Difensore | ⇒ Tiro |
| → Giocatore con la palla | ▲ Oggetto per la demarcazione |
| → Giocatore senza palla | ○ Cerchio |

| | Tema/compito/esercizio/gioco | Organizzazione/disegno | Materiale |
|---|---|--|---|
| Introduzione | 5' Staffetta Formare due squadre. Effettuare uno slalom e poi consegnare la palla al prossimo giocatore. |  | Mazze e palle Paletti |
| | Parte principale | 30' Esercizio di attacco Formare quattro gruppi. Due gruppi giocano con due porte. Per raggiungere la porta, il giocatore deve fare uno slalom tra i paletti. I paletti sostituiscono i difensori. Durante lo slalom, la mazza deve rimanere nella stessa posizione, non è possibile passarla da destra a sinistra. |  |
| Doppio passaggio Formare due gruppi e posizionarli uno di fronte all'altro in diagonale nella palestra. Tutti i giocatori hanno una palla. Due ricevitori si trovano nel centro della palestra. I primi giocatori di ogni gruppo partono contemporaneamente e tirano la palla verso il rispettivo ricevitore. Quest'ultimo ripassa la palla al giocatore che, ricevendo la palla cerca di segnare. Dopo il tiro in porta, i giocatori tornano nel gruppo. | |  | Mazze e palle 2 paletti 2 porte |
| Passaggi incrociati Formare due gruppi. Ciascuno dei gruppi si trova in un angolo dello stesso lato della palestra. I giocatori del gruppo A hanno una palla. I primi due giocatori dei due gruppi corrono in avanti e si passano la palla a vicenda. Eseguire almeno cinque passaggi prima di raggiungere la fine della palestra. | |  | Mazze e palle 2 paletti 1 porta |
| Ritorno alla calma | 10' Partita Formare due squadre. In funzione del numero di allievi, ci sono tra 4 e 6 giocatori per squadra. |  | Mazze e palle 1 porta |