

Lezione

Tirare

Nell'unihockey, riuscire a segnare è molto divertente e soddisfacente. Grazie a questa lezione, i bambini imparano a concludere quando si trovano davanti alla rete.

Condizioni quadro

Durata della lezione: 45 minuti

Livello di capacità: 1°- 6° anno di scolarizzazione

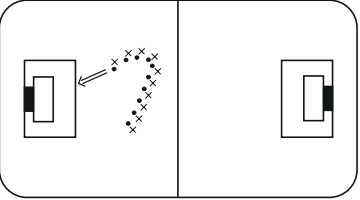
Obiettivi d'apprendimento

- I giocatori sperimentano l'accelerazione della pallina.
- I giocatori sono in grado di tirare la pallina in porta rasoterra o alzandola.
- I giocatori vivono delle esperienze positive realizzando delle reti.

Consigli tecnici

- Nel caso ideale, il giocatore è in piedi a 90° rispetto alla direzione del tiro. La pallina è davanti al corpo.
- La mano bassa conduce il movimento del bastone.
- Tirare in avanti la pallina che si trova sulla paletta oppure tirare la paletta verso la pallina.
- Accelerare la pallina e farla partire davanti al corpo.
- L'impugnatura del manico è piuttosto larga. Tuttavia, può cambiare in funzione del tipo di tiro.
- Mentre si esegue un passaggio, rivolgere lo sguardo verso l'obiettivo.
- Prestare attenzione a non alzare troppo il bastone dopo il tiro (al massimo all'altezza dei fianchi).

		Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Introduzione	5'	<p>Bilanciare il bastone</p> <p>I giocatori cercano di bilanciare il bastone su diverse parti del corpo. Per esempio sul piede, sul palmo della mano, sul dorso della mano, sulla testa, sul naso, sul gomito, sulle dita, ecc. Chi riesce addirittura a restare in equilibrio su un bastone steso per terra?</p> <p>Variante</p> <ul style="list-style-type: none"> • I giocatori cercano di giocare la pallina sulla paletta del bastone. Per farlo, possono collocare la pallina sulla paletta con la mano. <p>Più difficile</p> <ul style="list-style-type: none"> • I bambini devono superare diversi ostacoli con la pallina sulla paletta (percorso, panchine, ecc.). 		Un bastone a testa
	Parte principale	10'	<p>Colpire la clavetta (v. esercizio)</p> <p>Ogni giocatore ha una clavetta che colloca in un luogo a piacimento. Circolano tra tre e quattro palline. Ogni allievo cerca di difendere la sua clavetta e nel frattempo prova a colpire quelle degli altri. Per colpire le clavette, valgono solo i tiri con la pallina. Se la clavetta è colpita, il proprietario deve fare un compito supplementare. Dopo di che, potrà di nuovo mettere in piedi la clavetta e continuare a giocare.</p> <p>Variante</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formare delle squadre. 	
10'		<p>Lunapark</p> <p>Si gioca a gruppi e con dei tiri mirati si cerca di colpire diversi elementi (palloni da pallavolo, cinesini, coni, clavette, ecc.) che si trovano sulle panchine.</p> <p>Varianti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Senza panchine: gli elementi sono per terra. • Le panchine sono davanti a una parete, così le palline non finiscono nel campo avversario. • È disponibile solo un determinato numero di tiri. • Definire il tipo di tiro. 		Panchine, diversi oggetti (palloni da pallavolo, cinesini, coni, clavette, ecc.)

		Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Parte principale	5'	<p>Fila indiana</p> <p>Tutti i bambini sono in fila indiana (ev. dietro al docente). All'improvviso, il primo giocatore della colonna corre verso la porta e tira. Poi tutti gli altri fanno la stessa cosa.</p> <p>Varianti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eseguire diversi tipi di tiro. • Aumentare/ridurre la distanza. 		
	15'	<p>Gioco senza frontiere</p> <p>Si gioca 3 contro 3 su un campo da gioco. Non appena una delle squadre segna, deve lasciare subito il campo. I prossimi tre allievi in fila (i giocatori di riserva sono seduti fuori in fila) entrano in campo e continuano immediatamente a giocare (senza ingaggio).</p>		