

## Test

### Test di unihockey per l'insegnamento scolastico

Per valutare gli obiettivi di apprendimento, è possibile svolgere diverse forme di test anche nell'unihockey. Per le scuole, sono adatti quelli che comprendono tutti gli elementi tecnici. Nelle società, invece, è più indicato svolgere dei test dettagliati.

#### Spiegazioni

Il test è stato preparato per le palestre con campi piccoli (palestre scolastiche). Come punto di riferimento, si può prendere il campo da pallavolo poiché, nella maggior parte delle palestre, si trova nel centro. Il test consiste nello svolgere un percorso a tappe. Il docente deve cronometrare i tempi. In alcune postazioni, è possibile dedurre punti (passaggio sulle bande, tiro in porta). Un punto in negativo corrisponde a 1-3 secondi in più, in funzione del livello e dell'età.

#### Postazioni

1. Dribblare in slalom (importante: creare delle distanze irregolari): due coni devono essere aggirati completamente.
2. Passaggio sulla balaustra (sulla linea laterale del campo da pallavolo): dopo il rimbalzo, la pallina deve finire in un determinato luogo (tra due coni o paletti). In caso contrario, si ottiene un punto negativo.
3. Correre verso la pallina.
4. Giostra: tirare in porta una pallina da ogni lato della porta. Dalla rotazione, tirare verso la porta dal punto demarcato (colpo accompagnato). Punto negativo se non si centra la porta.
5. Dribblare attorno a paletti distesi per terra (solo la pallina deve passare tra i paletti).
6. Correndo, alzare la pallina facendola passare sopra dei paletti distesi per terra.
7. Tiro verso un obiettivo demarcato (il tiro deve essere eseguito prima del cono). Si ottiene un punto negativo se la pallina non centra l'obiettivo. Il cronometro è fermato non appena la pallina oltrepassa la linea del traguardo.

Fonte: swiss unihockey

#### Spiegazione dei simboli:

○ ×	Giocatore	- - - ▶	Passo
○ × ●	Giocatore con la palla	⇒	Tiro
→	Spostamento	△	Oggetto di segnalazione

