



Stare Inside – mettere sotto pressione l'avversario

Forma caratteristica: Mettere sotto pressione la squadra avversaria in modo intelligente e attivo

ELEMENTO CHIAVE / ACCENTO

Stare Inside (tra la porta e l'avversario)

GRUPPO TARGET E FASE

U9 (Fase F1/F2)

Quadro pedagogico e obiettivi

Descrizione dell'obiettivo

I bambini imparano a riconquistare il disco il più rapidamente possibile non appena la squadra avversaria ne entra in possesso.

Teachingpoints

- Tenere sempre le gambe in movimento.
- Mettere sotto pressione l'avversario il più rapidamente possibile.
- Testa alta, leggere, analizzare e scansionare il gioco.

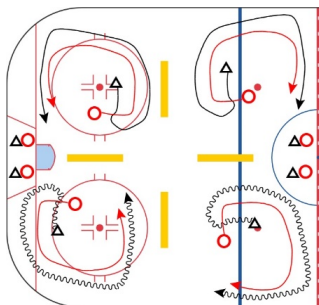
Domande di sviluppo

- Come ti comporti quando la squadra avversaria ha il disco e volete riconquistarlo il più velocemente possibile?
- Come puoi togliere il disco all'avversario il più rapidamente possibile?

INTRODUZIONE (8 MIN.)

Catch me if you can

Forma introduttiva



Forma di base

Forma di acchiappare in spazio ristretto. Non appena un bambino viene preso, i due invertono subito i ruoli.

Più facile

Giocare senza bastone. Il bambino in possesso del disco riceve 2 secondi di vantaggio (se si gioca con il disco).

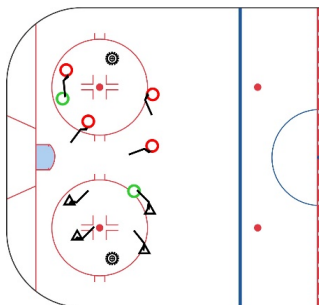
Più difficile

Chi acchiappa deve toccare con la paletta del bastone la paletta del bastone dell'altro bambino. In alternativa: chi acchiappa tocca con la mano il petto del bambino in possesso del disco.

RITORNO ALLA CALMA (8 MIN.)

Ringette

Gioco finale



Forma di base

Due squadre giocano l'una contro l'altra. L'obiettivo è posare un anello sul cerchio avversario. Il numero di anelli viene adeguato al numero di bambini.

Più facile

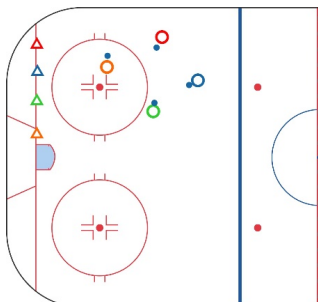
Giocare con un solo anello.

Più difficile

Giocare in sovrannumero o in inferiorità numerica. Introdurre più cerchi in gioco. Si può segnare punto solo con l'anello verde.

Get the Puck first

Posto 1



Forma di base

All'inizio si formano delle coppie. Un bambino si posiziona con lo sguardo verso la balastra, l'altro si distribuisce nel campo. Al comando entrambi i bambini partono dalla linea di fondo e cercano la propria compagna/il proprio compagno per rubarle/gli il disco. Chi riesce a rubare il disco più velocemente ha vinto.

Più facile

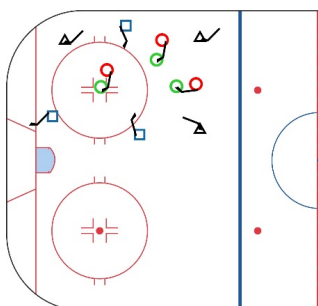
Sottrarre il disco solo pungendolo con il bastone, senza impiego del corpo.

Più difficile

Un bambino che insegue gioca contro più bambini inseguiti.

Tierfangis (Acchiapparelli degli animali)

Posto 2



Forma di base

Si stabiliscono tre o più specie animali, contrassegnate in modo specifico (ad es. con anelli o bastoni capovolti), affinché sia riconoscibile chi rappresenta quale animale. Si stabilisce in anticipo quale animale può acchiappare un altro (ad es. asino, maiale e cane: l'asino può acchiappare solo il maiale, il maiale solo il cane, e il cane può solo fuggire). I ruoli si invertono non appena un bambino viene acchiappato dall'animale corretto.

Più facile

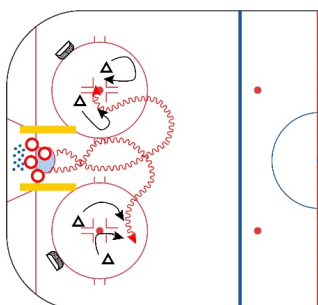
Ridurre il campo di gioco. Formare meno gruppi di animali.

Più difficile

Ingrandire il campo di gioco. Formare più gruppi di animali.

Chi subisce meno gol?

Posto 3



Forma di base

Due squadre difensive si affrontano e proteggono la propria porta. I bambini in possesso del disco possono scegliere il lato in cui vogliono segnare. Non appena viene segnato un gol, il bambino deve andare a prendere un nuovo disco dal basso. La squadra che subisce meno gol ha vinto.

Più facile

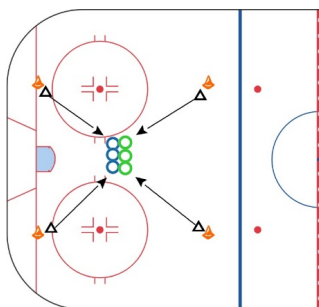
Impiegare più bambini in difesa.

Più difficile

Il bastone viene tenuto con l'estremità inferiore verso il basso.

3 vince

Posto 4



Forma di base

6 anelli sono posizionati al centro, 4 bambini si trovano sulle proprie postazioni. Vince il bambino che per primo porta 3 anelli alla propria postazione. Si può trasportare un solo anello per tragitto. Gli anelli degli altri bambini possono essere rubati.

Più facile

Stabilire tragitti più brevi.

Più difficile

Stabilire tragitti più lunghi.

Questa pianificazione dell'allenamento è una bozza. I tuoi riscontri su contenuto, fattibilità e layout sono benvenuti. Contatta direttamente Emanuel Frei: emanuel.frei@sihf.ch