PIANO DI ALLENAMENTO · HOCKEYSCHULE | FASE F1/F2

Trasporto oggetti 2

Forma caratteristica: Portare il disco in modo variato e adeguato alla situazione di gioco

ELEMENTO CHIAVE / ACCENTO	GRUPPO TARGET E FASE
Trasporto oggetti 2	**Hockeyschule (Fase F1/F2)**

Quadro pedagogico e obiettivi

Descrizione dell'obiettivo

I bambini sperimentano come portare diversi materiali con il bastone. In questo modo scoprono che, a seconda del materiale, la conduzione è più o meno semplice o difficile.

Teachingpoints

- Tieni il bastone con entrambe le mani.
- Cerca di tenere le braccia davanti al corpo.

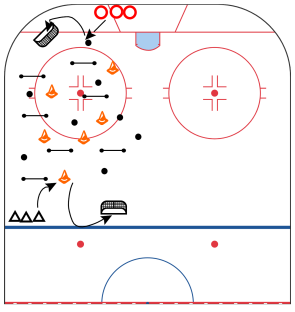
Domande di sviluppo

- Come devi tenere il bastone per riuscire a portare il materiale?
- Come fai a non perdere il materiale?

INTRODUZIONE (8 MIN.)

Liberare il mare dai rifiuti

Forma introduttiva

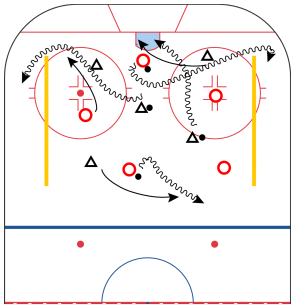


Forma di base	Ovunque giace del materiale. Affinché i pesci nel mare stiano bene, i rifiuti devono essere raccolti e messi nel prossimo bidone della spazzatura (le porte). Come materiale sono adatti ad esempio dischi, bastoncini di legno o bottiglie PET.
Più facile	Senza ostacoli aggiuntivi (navi) che bloccano il percorso.
Più difficile	Due squadre cercano di raccogliere più rifiuti della squadra avversaria.

RITORNO ALLA CALMA (8 MIN.)

Il gioco della barriera corallina

Gioco finale

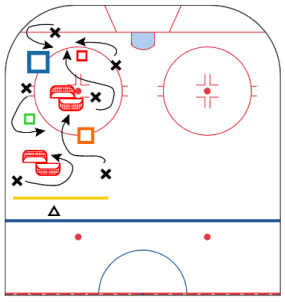


Forma di base	Con i tobleroni viene costruita la barriera corallina. Si formano due squadre. I bambini (i pesci) devono portare i dischi (le alghe da mangiare) dietro la barriera corallina. A seconda del numero di bambini, sono in gioco da tre a quattro dischi. Non appena un disco viene posato dietro la barriera corallina, entra in gioco un nuovo disco.
Più facile	Utilizzare meno dischi contemporaneamente in gioco e delimitare una barriera corallina più grande come obiettivo.
Più difficile	Un'allenatrice o un allenatore gioca come «corrente» e cerca di sottrarre ai bambini i dischi appena prima della barriera corallina.

PARTE PRINCIPALE (4 POSTI/STAZIONI, 40 MIN.)

Lo squalo mostruoso

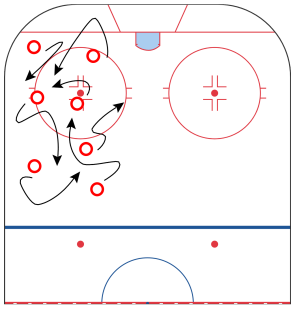
Posto 1



Forma di base	Lo squalo mostruoso dorme dietro la barriera corallina. I pesci nuotano nel mare profondo e raccolgono pietre scintillanti. All'improvviso lo squalo mostruoso esce da dietro la barriera corallina e cerca di catturare i pesci. Se i pesci si trovano dietro la linea di fondo, sono al sicuro. Dopodiché lo squalo torna dietro la barriera corallina.
Più facile	I pesci possono nascondersi nelle porte. Non viene utilizzato materiale aggiuntivo. Al posto dei dischi si usano piccoli cerchi o ciambelle (donut).
Più difficile	Già all'inizio sono in gioco più squali contemporaneamente.

Banco di pesci

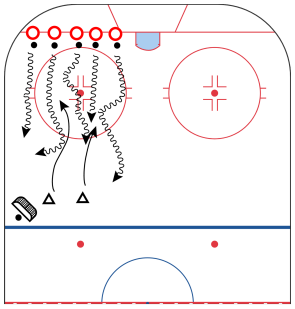
Posto 2



Forma di base	I pesci giovani nuotano nel mare. Devono imparare a reagire alle informazioni, in modo da poter poi nuotare in modo ordinato nel banco di pesci. Come materiale sono adatti dischi, ciambelle (donut) o cerchi.
Più facile	Utilizzare meno informazioni diverse ed esercitarli prima insieme senza materiale.
Più difficile	Fare susseguire le informazioni più rapidamente o inserire ulteriori cambi di direzione.

Squalo bianco 2.0

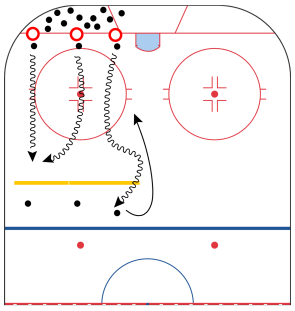
Posto 3



Forma di base	Uno o più bambini sono lo squalo, gli altri bambini sono i pesci che devono proteggere la loro squama scintillante. Il gioco funziona in modo analogo a Squalo bianco. Lo squalo deve però anche toccare il pesce. Dopodiché il pesce posa il disco o un altro oggetto in porta e diventa a sua volta lo squalo.
Più facile	Giocare con il donut. C'è sempre e solo un bambino che fa lo squalo.
Più difficile	Posizionare i tobleroni come barriere coralline nel campo, che devono essere aggirate.

Il pesce più veloce

Posto 4



Forma di base	I pesci devono cercare di portare il loro cibo di alghe il più velocemente possibile dietro la barriera corallina. Per ogni bambino è disponibile un determinato numero di alghe. Chi raccoglie alla fine più cibo?
Più facile	Non giocare come staffetta, ma mettere semplicemente a disposizione dei dischi da trasportare.
Più difficile	Ci sono inoltre delle piante rampicanti (bambini fermi in piedi) che, con un movimento di spazzata del bastone, cercano di impedire ai pesci di nuotare.

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