

Tagliare la via di corsa

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

ELEMENTO CHIAVE / ACCENTO

Tagliare la via di corsa

GRUPPO TARGET E FASE

Hockeyschule (Fase F1/F2)

Quadro pedagogico e obiettivi

Descrizione dell'obiettivo

I bambini sperimentano come «tagliare» abilmente la via di corsa alle avversarie e agli avversari.

Teachingpoints

- Riduci sempre in movimento, pattinando, la distanza dagli avversari.
- Avvicinati all'avversario in curva e guidalo così in una direzione (banana).

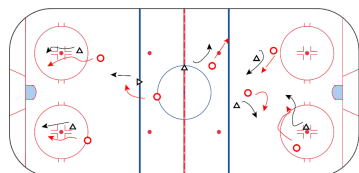
Domande di sviluppo

- Come metti alle strette il tuo avversario?
- Come utilizzi il tuo bastone in modo che sia ancora più difficile per il tuo avversario fuggire davanti a te?
- Come recuperi il disco più velocemente possibile quando è in possesso del tuo avversario?

INTRODUZIONE (8 MIN.)

Prova a prendermi!

Forma introduttiva



Forma di base

Due bambini (senza bastone) formano una coppia e giocano a prendersi liberamente su tutto il campo. Non appena un bambino viene preso, invertono subito i ruoli. Chi viene preso di meno?

Più facile

Limitare lo spazio.

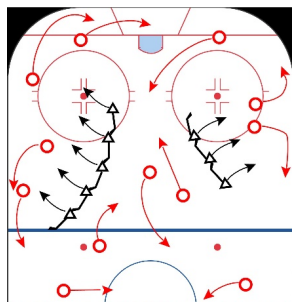
Più difficile

Due bambini come cacciatori giocano contro un bambino.

RITORNO ALLA CALMA (8 MIN.)

Inseguimento a catena con i bastoni

Gioco finale



Forma di base

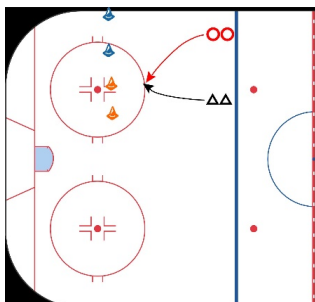
Tutti i bambini stanno sul campo con il bastone in una mano, con la paletta sempre appoggiata sul ghiaccio. Un bambino inizia come inseguitore e tocca un compagno. Insieme formano una catena, tenendosi rispettivamente per l'estremità del bastone o per la paletta. La catena si ingrandisce fino a otto bambini e si divide poi in due gruppi da quattro. Le catene mettono alle strette i bambini liberi.

Più facile

Prendersi a coppie; quando la catena arriva a quattro bambini, dividerla in due tandem.

Più difficile

La catena rimane intatta fino alla fine.

Fammi entrare!
Posto 1

Forma di base

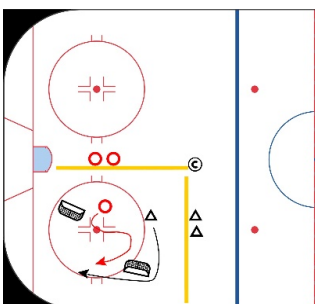
Sul campo di gioco si trovano una porta di coni rossa e una blu. Al segnale di partenza, un bambino (rosso) cerca di passare attraverso la porta rossa, mentre un altro bambino cerca di spingerlo verso la porta blu.

Più facile

Il bambino in rosso ottiene un vantaggio; le porte vengono avvicinate tra loro.

Più difficile

Il bambino che difende ottiene un vantaggio.

Fangis «1:1»
Posto 2

Forma di base

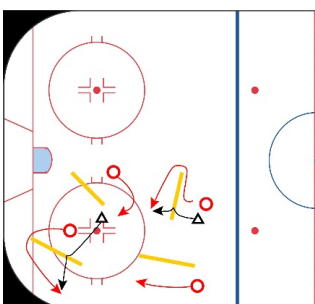
A coppie, i bambini giocano a prendersi in uno spazio ristretto con ostacoli (ad es. porte). Non appena un bambino viene preso, invertono subito i ruoli. A un segnale, dopo al massimo 20 secondi, parte il prossimo 1:1.

Più facile

Giocare senza ostacoli.

Più difficile

Delimitare un campo più grande.

La mosca dispettosa
Posto 3

Forma di base

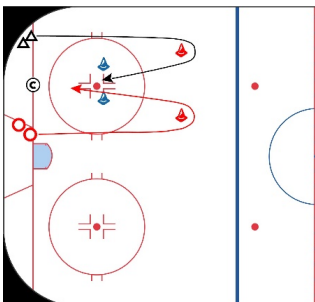
Sul campo di gioco sono disposti degli ostacoli. Le mosche dispettose (i cacciatori) vogliono solleticare (prendere) i gatti. Le mosche possono «sorvolare» gli ostacoli disposti (scavalcarli, saltarli), mentre i gatti devono aggirarli. Quali gatti riescono a sfuggire al solletico? Se un gatto viene solleticato, deve svolgere un compito supplementare (ad es. tre salti sopra l'ostacolo) oppure diventa esso stesso una mosca.

Più facile

Meno ostacoli e più cacciatori.

Più difficile

Anche le mosche devono aggirare gli ostacoli.

Chi è più veloce?
Posto 4

Forma di base

Sul campo di gioco si trovano due coni arancioni e due coni blu. A un segnale, due bambini partono contemporaneamente e sprintano attorno ai coni arancioni. Un bambino (rosso) cerca di passare attraverso la porta blu, mentre l'altro bambino cerca di impedirglielo.

Più facile

Il bambino in rosso parte in ginocchio o sdraiato.

Più difficile

Il bambino in rosso porta il disco, parte con un piccolo vantaggio, oppure vengono impiegati più bambini come cacciatori.

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