



Creare attivamente pressione sul disco

Forma caratteristica: Affrontare duelli in modo abile e corretto

ELEMENTO CHIAVE / ACCENTO

Come bambino più vicino al disco, creare attivamente pressione

GRUPPO TARGET E FASE

U9 (Fase F2)

Quadro pedagogico e obiettivi

Descrizione dell'obiettivo

I bambini, come bambino più vicino al disco, creano attivamente pressione, dirigendosi con decisione verso l'avversario e riconoscendolo per tempo, al fine di conquistare con successo il disco.

Teachingpoints

- Stick on ice
- Stick to the Puck

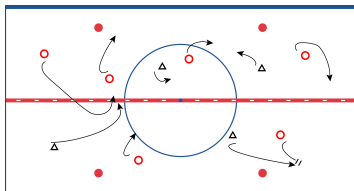
Domande di sviluppo

- Come riesci a inseguire l'avversario?
- Dove tieni il tuo bastone per riuscire a sottrarre il disco o l'oggetto all'avversario?

INTRODUZIONE (8 MIN.)

Caccia all'oro

Forma introduttiva



Forma di base

In base al numero di bambini vengono designati da tre a quattro cacciatori. Cinque degli altri bambini ricevono ciascuno un disco, che viene nascosto tra i guanti. Tutti i bambini tengono poi sempre uniti i due guanti, in modo che non si possa capire chi possiede una pepita d'oro. Al segnale di partenza i cacciatori iniziano la ricerca. Se un cacciatore tocca un bambino sulla schiena, quest'ultimo deve aprire le mani e mostrare se possiede una pepita d'oro. Il gioco termina quando tutte le pepite sono state trovate. Successivamente vengono designati nuovi cacciatori.

Più facile

Impiegare meno cacciatori o ingrandire il campo di gioco, in modo che i bambini abbiano più tempo e spazio per schivare.

Più difficile

Impiegare più cacciatori o rimpicciolire il campo di gioco, così che i bambini debbano reagire più velocemente e muoversi in uno spazio più ristretto.

RITORNO ALLA CALMA (8 MIN.)

2:2 su 4 campi

Gioco finale

Forma di base Su quattro campi si gioca contemporaneamente 2:2. Ciò può avvenire con o senza goalie.

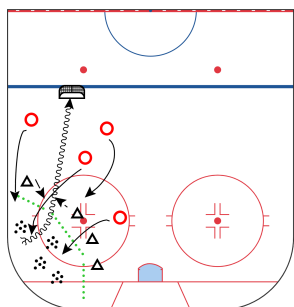
Più facile Marcare campi più grandi e giocare senza goalie, in modo che i bambini abbiano più spazio e tempo per le loro azioni.

Più difficile Marcare campi più piccoli e giocare con il goalie, cosicché i duelli diventino più intensi e le conclusioni più impegnative.

PARTE PRINCIPALE (4 POSTI, 40 MIN.)

Rete da pesca

Posto 1



Forma di base

In un angolo del campo viene delimitata una zona. All'interno si trovano molti dischi o – a seconda del livello – piccoli anelli. Sul lato opposto si trova una porta. I bambini vengono divisi in due squadre. La squadra in attacco cerca di prendere i dischi dalla zona delimitata e di portarli in porta. La squadra in difesa si posiziona attorno alla zona delimitata e cerca di far cadere i dischi ai bambini attaccanti non appena questi superano la linea. Se un disco viene fatto cadere, appartiene alla squadra in difesa. Quando tutti i dischi sono stati raccolti o persi, i ruoli vengono scambiati.

Storia: Nel lago nuotano molti pesci. Le pescatrici e i pescatori cercano di portare quanti più pesci possibile nella loro barca. Attorno al lago però ci sono dei pellicani che, con i loro lunghi becchi, cercano di impedire alle pescatrici e ai pescatori di catturare i pesci e di sottrarglieli di nuovo.

Più facile

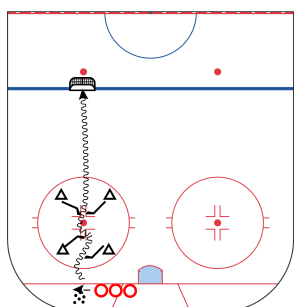
La squadra in difesa è più numerosa della squadra in attacco.

Più difficile

I bambini in difesa possono muoversi solo entro un raggio prestabilito.

Il più coraggioso

Posto 2



Forma di base

Si formano due squadre. La squadra in difesa si posiziona sul lato del cerchio di ingaggio formando un corridoio. Dietro la linea di fondo si trovano dei dischi, sull'altro lato una porta. Ora un bambino dopo l'altro cerca di attraversare questo corridoio senza farsi sottrarre il disco. Successivamente avviene il cambio.

Più facile

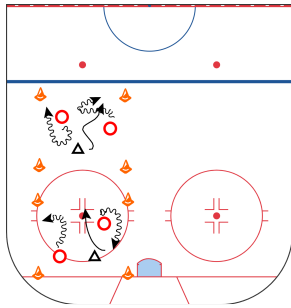
Impiegare solo due bambini in difesa.

Più difficile

Il bambino senza disco deve inoltre essere toccato.

Prendi il disco 3:2

Posto 3



Forma di base

Con dei coni si delimitano da due a tre campi, a seconda del numero di bambini per posto. In ogni campo si trovano tre bambini: due bambini hanno un disco, un bambino è senza disco. I due bambini con disco si muovono liberamente nel campo e proteggono il proprio disco. Il bambino senza disco cerca di sottrarne uno a uno dei due. Se ci riesce, si cambia immediatamente e il bambino che ha perso il disco assume il ruolo di cacciatore.

Regole importanti:

- Scegliere un campo sufficientemente grande, affinché i bambini abbiano spazio adeguato.
- Un disco conquistato non può essere immediatamente riconquistato dallo stesso bambino a cui è stato sottratto.
- I bambini con disco devono rimanere costantemente in movimento.

Più facile

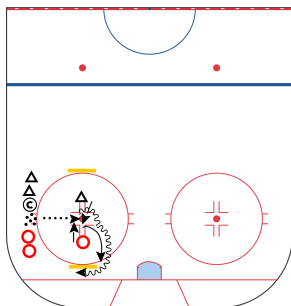
Rimpicciolire il campo; impiegare due cacciatori contro un bambino con disco.

Più difficile

Ingrandire il campo.

1:1 con isole di protezione

Posto 4



Forma di base

Su entrambi i lati del cerchio di ingaggio si costruiscono due isole di protezione con tobleroni o legnetti. Si formano due squadre. Un bambino per squadra gioca 1:1, cercando di posizionare il disco dietro l'isola di protezione della squadra avversaria. Se il disco esce dal cerchio, l'allenatrice o l'allenatore ne dà uno nuovo. Dopo 30 secondi avviene il cambio e due nuovi bambini si affrontano. Quale bambino ha alla fine più dischi dietro la propria isola?

Più facile

Non delimitare il campo come cerchio di ingaggio, ma come quadrato con i coni.

Più difficile

Assegnare ruoli definiti e far giocare il bambino in difesa con il bastone al contrario.

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