

Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 42 (1985)

Heft: 5

Rubrik: La lezione

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

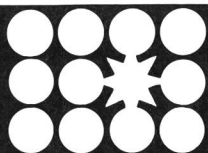
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 08.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



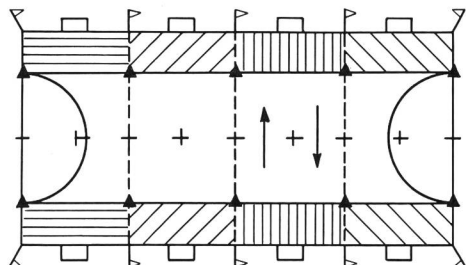
LA LEZIONE

Mini-hockey su terra

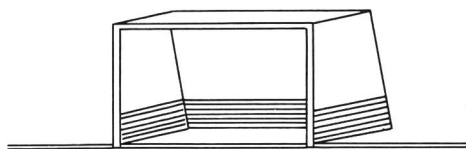
di Peter Wechil, allenatore CNSE

La Federazione svizzera di hockey su terra ha chiamato lo specialista olandese Bert Bunnik a dirigere alcuni corsi di perfezionamento. Sembra che l'hockey su terra nei Paesi Bassi goda ottima salute per il fatto che questo sport viene introdotto fra i giovani (in versione mini) già nei primi anni di scuola. Dagli incontri con squadre di sei giocatori, si passa in seguito a quelle di otto, preparando così i giovani all'impegno a undici. All'inizio si rinuncia comunque alle partite vere e proprie. Le prime esperienze di gioco vengono raccolte in tornei, dapprima con squadre miste, poi con compagini suddivise a seconda della forza.

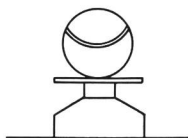
Le regole principali del Mini-hockey su terra 6 contro 6



Un normale campo di hockey su terra viene suddiviso in 2-4 terreni di mini-hockey. Non c'è semi-cerchio di tiro, bensì solo due aree di porta. Nel mini-hockey non esiste la regola del fuori gioco.



Nel mini-hockey vengono utilizzate le porte regolamentari, ma l'altezza viene limitata con una tavola (asse).



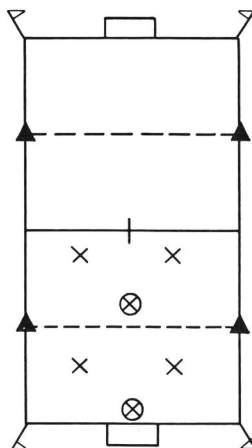
La palla ha le dimensioni di quella normalmente usata, il suo peso è però più leggero: 104 grammi (3 1/2 once al posto di 5 1/2).

Vantaggio:

I piccoli possono manovrare meglio una palla più leggera.



Nel mini-hockey, la durata della partita è di 2 volte 20 minuti. A metà tempo si cambia campo.



Una squadra di mini-hockey comprende 5 giocatori di movimento e un portiere. Quest'ultimo indossa la tenuta completa, adattata naturalmente alla sua costituzione e alla sua altezza. Formazione di una squadra di mini-hockey:

1-2-1-2, per cui si nota subito le due posizioni più importanti all'interno della compagine:

- il portiere
- il giocatore di centro campo

Il giocatore di mini-hockey deve avere le seguenti conoscenze di base prima di venir integrato come giocatore in una squadra di 11 elementi:

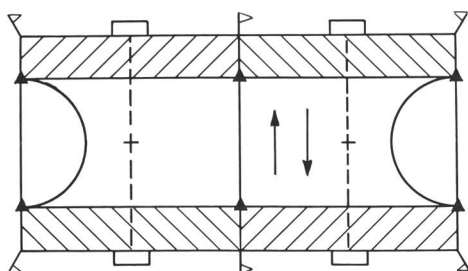
- correre con la palla
- condotta della palla di dritto e di dritto-rovescio (dribbling indiano)
- tirare la palla
 - al compagno di squadra (passaggio sull'uomo)
 - in zona libera (spingere-colpire-a cucchiaio-sollevare)
- tiro in porta
- controllo della palla/respinta di dritto e di rovescio.

Nel primo anno, il giocatore di mini-hockey effettua circa 25-40 ore di allenamento, partite e tornei. Alla fine della stagione (maggio) si svolge un grande torneo a livello regionale o nazionale.

Nella seconda fase si passa a squadre di 8 giocatori. Senza grossi cambiamenti delle regole, il giocatore di mini-hockey evolve ora su uno spazio più grande e con più compagni di squadra.

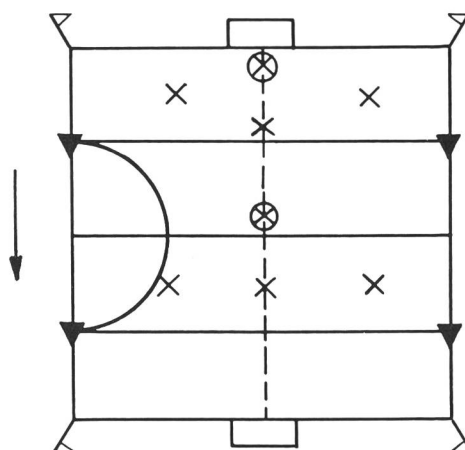


Le regole principali del mini-hockey su terra 8 contro 8

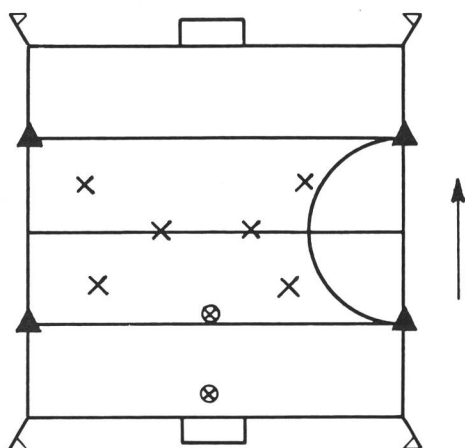


Il normale terreno da gioco viene suddiviso in due campi di mini-hockey. Non c'è semi-cerchio di tiro, bensì due aree di porta da dove si può tirare in porta. Anche nel gioco 8:8 non esiste la regola del fuori-gioco. Anche in questo caso le porte sono ridotte e le palle sono più leggere (come 6:6). Resta invariata anche la durata della partita: 2 volte 20 minuti. Questa squadra comprende 7 giocatori di movimento e un portiere. Quest'ultimo è pure completamente equipaggiato.

La disposizione dei giocatori di una squadra di otto è la seguente:

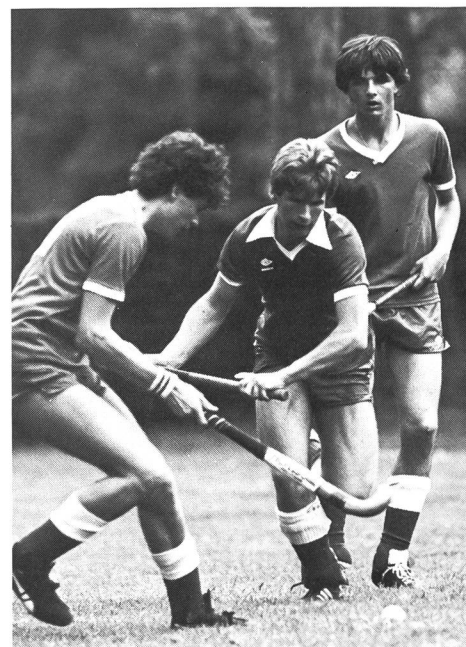


- variante a)
- 1-3-1-3, per cui si nota subito le due posizioni-chiave:
 - il portiere
 - il giocatore di centro-campo



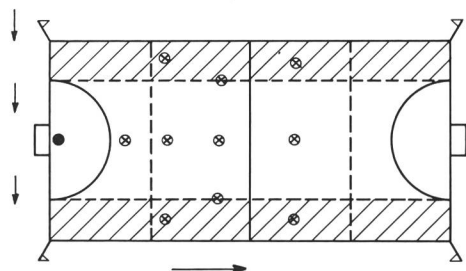
- variante b)
- 1-1-2-2-2; le posizioni più importanti sono in questo caso:
 - il portiere
 - il libero

Vantaggio: migliori possibilità di gioco e di ripartizione dei compiti per gli altri giocatori. Stadium preliminare per il successivo sistema 3-3-3-1-1.



Si gioca con questa formula a 8 al massimo mezzo anno e sempre nei primi mesi dello stesso.

All'inizio del terzo anno di formazione di hockey su terra, in Olanda, con i principianti, si passa a squadre di 11 = Juniori D (sotto i 12 anni) con il conosciuto sistema di base 1-1-3-3-3, cioè:



- portiere
- libero
- 3 difensori (sinistro-centro-destro)
- 3 centrocampisti (sinistro-centro-destro)
- 3 attaccanti (sinistro-centro-destro)

Vantaggi di questa variante:

- i compiti di difesa/costruzione/attacco possono sempre essere ripartiti su tre zone
- questa variante ha anche il grosso vantaggio di porre i giocatori a confronto con la sempre più praticata copertura a uomo. Permette quindi d'impararla in modo veloce e intensivo. □

