

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

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 49 (1992)

Heft: 12

Artikel: Hockey su ghiaccio... anche con i bambini

Autor: Burgherr, Andreas

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-999630>

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: 30.04.2026

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

Hockey su ghiaccio ... anche con i bambini

di Andreas Burgherr
traduzione di Ellade Corazza

Sono ormai finiti i tempi dove l'hockey su ghiaccio era una disciplina prettamente invernale. Il «gioco di squadra più veloce del mondo» è diventato uno sport praticato su tutto l'arco dell'anno e le pause senza ghiaccio sono sempre più ridotte.

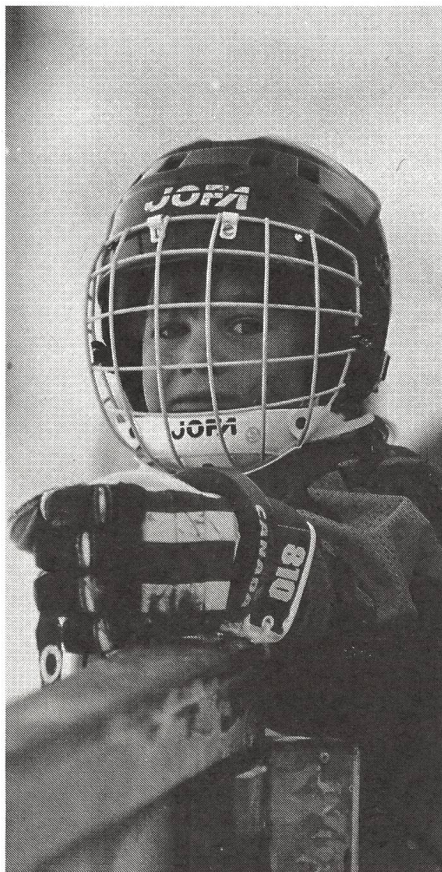
La maggior parte delle piste iniziano con la preparazione del ghiaccio già in piena estate e questo porta chiari vantaggi anche per quel che concerne la preparazione dei giovani hockeyisti. Normalmente è infatti permesso alle scuole di usufruire delle infrastrutture nel periodo compreso da settembre a marzo.

Andreas Burgherr studente di educazione fisica all'Università di Berna e monitore G+S 3 di hockey su ghiaccio ha militato fino alla scorsa stagione tra le file del Neuchatel Young Sprinters. Attualmente difende i colori del Grindelwald, club di prima divisione.

Questo contributo permette ai quei docenti che non sono degli specialisti sui pattini, di prendere confidenza con il ghiaccio e di passare una parte della lezione di educazione fisica a contatto con questo elemento. Inoltre l'hockey su ghiaccio è la disciplina sportiva ideale per promuovere le esigenze multilaterali dell'insegnamento con i giovani. Accanto agli aspetti condizionali, infatti, si possono migliorare anche le capacità coordinative. Per una educazione sportiva complessiva esistono ben pochi motivi che sono contro l'attività sportiva sul ghiaccio; tra questi la mancanza di piste di ghiaccio o la scomodità nel raggiungere le stesse. Per risolvere problemi di questo tipo proponiamo di trasformare la singola lezione settimanale in doppia lezione da svolgere ogni 15 giorni.

I problemi più grandi all'interno della classe affiorano durante il pattinaggio. Nell'hockey su ghiaccio il divario di prestazione è infatti maggiore che in altre discipline sportive. Sarà quindi importante differenziare in modo esatto e/o formare dei gruppi di prestazione. Lo stesso discorso si può applicare nel campo della condotta del disco, dei passaggi, dei tiri e del gioco con il corpo, anche se in questo caso la differenza dei livelli risulta ridotta. Gli obiettivi e la scelta della materia dipendono dal numero delle lezioni e deve avvenire in un rapporto utile. Il modo per sfruttare al meglio la

multilateralità di questa disciplina sportiva è nelle mani del monitore; se possibile evitare che sia la motivazione degli allievi a determinare l'una o l'altra soluzione.



L'importanza dell'equipaggiamento...

Equipaggiamento e materiale

L'hockey su ghiaccio non è più pericoloso di altre discipline sportive a condizione che durante la pratica si protegga a dovere il proprio corpo. Per ridurre al minimo il pericolo di lesioni si consiglia di indossare un equipaggiamento adatto alla situazione. Le protezioni più importanti durante le cadute sono senza ombra di dubbio i paragomiti ed il casco. Per ripararsi dal disco e dai colpi di bastoni ci proteggeremo con i parastinchi ed i guanti (è possibile anche indossare dei guanti da sci ben imbottiti). Pattini, bastoni e dischi sono spesso gli allievi stessi che li portano da casa. Si può prendere del materiale anche dalla palestra (palloni, nastri, coni ecc.). Molte piste di ghiaccio o club mettono a disposizione delle scuole il materiale necessario per la lezione.

Organizzazione

Spesso la classe non avrà l'intera pista a disposizione. Prima dell'inizio della lezione ci si dovrà informare sui vari barricamenti, altri utenti della pista ecc. L'acustica ed i problemi di comprensione sono, a dipendenza delle varie piste di ghiaccio, confrontabili con quelli esistenti in piscina.

Di fondamentale importanza risulta



Prima di iniziare, definire in modo preciso le regole!

l'equipaggiamento del portiere. Bisognerà debitamente organizzare le porte (coni che delimitano la porta, palloni appesi alla porta ecc.) e definire in modo preciso le regole (non tirare troppo alto, proibire i tiri troppo forti ecc.).

Per la pratica

Gli esercizi di riscaldamento possono già essere svolti negli spogliatoi o accanto alla pista. Forme ludiche che preparano all'attività devono essere svolte all'inizio (ad es. cercare di rimanere in equilibrio su una gamba: equilibrio/«combattimento dei galli»: gioco con il corpo) perché anche nell'hockey su ghiaccio vale il motto «il tempo è denaro».

Le forme di esercizio in seguito presentate vogliono essere d'aiuto al docente. Sarà comunque l'insegnante stesso e la sua fantasia a definire la vera e propria lezione di hockey. Tengo a ricordare che molte forme possono essere direttamente riprese da esercizi svolti in palestra trasferendoli sul ghiaccio (staffetta, caccia, competizioni a gruppi ecc.).

Buon divertimento sul ghiaccio!

Io ed il disco (condotta del disco/tiro)

1. Obiettivo:
condotta del disco da fermo – sguardo in avanti

Organizzazione

A coppie. A conduce il disco. B descrive degli oggetti che ci sono nella pista. A li cerca, pur continuando a dribblare.

Materiale/osservazioni

Ogni giocatore possiede un disco.

2. Obiettivo:
condotta del disco e reazione

Organizzazione

Ogni giocatore è in movimento con un disco.

1 fischio = 1 rotazione
2 fischi = sulle ginocchia ecc.

Materiale/osservazioni

Ogni giocatore possiede un disco. Assicurarsi che vi sia spazio a sufficienza per svolgere l'esercizio.

3. Obiettivo:
tiro-precisione

Organizzazione

Centrare differenti obiettivi (disegni sulla transenna/palloni che penzolano dalla porta ecc.)

Materiale/osservazioni

Formare dei gruppi. L'obiettivo della forma svolta è quello di perfezionare i differenti tipi di tiro.

Io, il disco e un compagno (passaggio)

1. Obiettivo:
passaggi a coppie

Organizzazione

Fare il numero maggiore di passaggi in 20 sec. (valgono anche i passaggi in backend)

Materiale/Osservazioni

Passaggi accompagnati sono più sicuri dei passaggi battuti

2. Obiettivo:
passaggi in movimento/Pattinaggio libero

Novità: video sull'hockey su ghiaccio

La Scuola federale dello sport di Macolin ha prodotto in collaborazione con Espansione idea un video sull'avviamento all'hockey su ghiaccio. Il video presenta i fondamentali dell'hockey come la tecnica del pattinaggio, la conduzione ed il passaggio del disco, e propone interessanti esercizi e giochi da svolgere nelle lezioni di hockey con i bambini. Il video «Avviamento all'hockey su ghiaccio» (prezzo di vendita Fr. 38.-) può essere richiesto presso la Mediateca della SFSM, 2532 Macolin.

Organizzazione

«Disco rubato». Cercare di sottrarre il disco all'avversario.

3:3/4:4

Ogni passaggio dà diritto ad un punto.

Materiale/organizzazione

Delimitare il campo di gioco. Formare dei gruppi di prestazione. Il gioco prosegue fino al raggiungimento dei 20 punti. Limitazione di tempo.

3. Obiettivo: passaggi. Precisione. Visione di gioco

Organizzazione

Numerare la classe. Il numero 1 passa al 2. Il 2 passa al 3 ecc.

Variante: variare il numero di dischi a disposizione dei giocatori.

Materiale/organizzazione

Delimitare il campo da gioco. Il docente distribuisce continuamente i dischi.

Noi nel gioco contro/con gli altri

1. Obiettivo:
pattinaggio libero. Passaggi.

Organizzazione

Due squadre una contro l'altra. Diverse porte. È possibile segnare in ogni porta.

Materiale/osservazioni

Le porte vengono costruite con dei coni. Variare il numero delle porte

2. Obiettivo:
collaborazione nel gioco di squadra

Organizzazione

Gioco 3:3 / 4:4 con o senza portiere.

Materiale/osservazioni

Adattare la grandezza del campo di gioco alle capacità degli allievi. ■