

**Zeitschrift:** Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

**Herausgeber:** Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

**Band:** 39 (1982)

**Heft:** 10

**Artikel:** Progressione metodologica della tattica individuale e di gruppo nell'hockey su ghiaccio

**Autor:** Schafroth, Jürg

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1000415>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

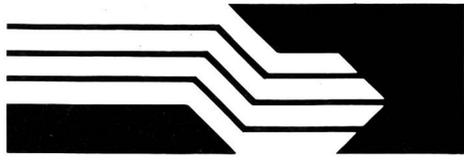
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 01.04.2025

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



## Progressione metodologica della tattica individuale e di gruppo nell'hockey su ghiaccio

di Jürg Schafroth  
adattamento di Fausto Croce

### Introduzione e obiettivo

Nell'hockey su ghiaccio, come in tutti i giochi di squadra, la tattica riveste grande importanza nell'ambito dell'istruzione

tecnica globale. Tutte le situazioni tattiche sono da considerare in un *contesto complesso* comprendente tecnica e condizione fisica. In questo contesto, la formazione tecnica e fisica è una delle condi-

zioni indispensabili per la realizzazione di azioni tattiche di alto livello. Per questo motivo è necessario creare le basi tecniche e di condizione fisica adatte a ogni istruzione tattica per raggiungere un preciso obiettivo di apprendimento.

Il presente lavoro ha lo scopo di dare una visione globale sulla progressione metodologica della tattica individuale, di gruppo e di blocco; completa i documenti esistenti nel campo della tecnica (manuale del monitor G+S) e dovrebbe aiutare a colmare la lacuna esistente nei documenti didattici dell'hockey su ghiaccio. Oggi troviamo molta documentazione e libri nel campo della tattica (esempi di esercizi, raccolta di materia, ecc.), ma che



non trattano, o trattano poco, gli *aspetti metodologici e i rapporti causa-effetto*. Negli sport di squadra, la tattica merita altrettanta considerazione, se non di più, a livello dell'insegnamento metodologico, che non la tecnica o la condizione fisica.

### Cos'è la tattica?

L'allenamento della tattica è per *definizione* la preparazione sistematica della squadra con l'obiettivo di sapersi adattare a situazioni di gioco e superarle in modo ottimale (secondo Röthig, Sportwissenschaftliches Lexikon). Nel nostro caso, i comportamenti sono determinati dall'*interazione* tra

- a) giocatore e compagno
- b) giocatore ed avversario

Da questa relazione reciproca, ne risulta una quantità di situazioni di gioco differenti, verso le quali si indirizzano i comportamenti tattici. I processi psicomotori di un'azione tattica si svolgono in *3 fasi principali* (secondo Harre: «Teoria dell'allenamento»):

1. Percezione ed analisi della situazione di gioco
2. Soluzione mentale del problema tattico
3. Soluzione motoria del problema tattico

### Panoramica generale del tema e limitazioni

Il campo della tattica è ripartito in diversi settori. Generalmente suddividiamo le azioni tattiche in *3 gruppi principali* (vedi pure i programmi d'insegnamento G+S, manuale del monitore):

- > tattica individuale (= comportamento di 1 giocatore)
- > tattica di gruppo (= comportamento collettivo di più giocatori)
- > tattica di squadra (= comportamento dell'insieme della squadra nell'ambito di determinati sistemi)

Nell'hockey su ghiaccio, la tattica di gruppo viene suddivisa generalmente nel comportamento tattico:

- a coppie (2 attaccanti o 2 difensori)
- a tre (3 attaccanti o 2 difensori e 1 attaccante)
- a cinque (in blocco completo/tattica di blocco)

All'interno di questa struttura le componenti si sovrappongono non escludendo le forme intermedie (a 4) oppure altre combinazioni tra attaccanti e difensori. La

tattica individuale e di gruppo comprende *comportamenti tattici isolati* nell'ambito del comportamento tattico di gioco.

Nella tattica distinguiamo tra:

Comportamento offensivo (attacco)	Comportamento difensivo (difesa)
-----------------------------------	----------------------------------

Sul piano metodologico, le azioni individuali e di gruppo possono essere costruite in funzione della situazione: *senza avversari e con avversari* (da 1 a 5). Lo schema seguente dà una *visione globale* delle forme di comportamento tattico della squadra (sistemi) tenendo in considerazione i rispettivi luoghi di azione (Fig. 1). In un altro articolo dal titolo «Tattica di squadra/sistemi», tratteremo più a fondo i particolari e le relazioni globali nella tattica di squadra.

Vogliamo per ora tentare di analizzare la tattica individuale e di gruppo dimostrando la costruzione di questa parte di tema con la relativa *visione metodologica generale*. La costruzione metodologica è stata elaborata tenendo conto degli aspetti seguenti:

1. Comportamento di uno o più giocatori
2. Comportamento contro uno o più avversari
3. Comportamento offensivo e difensivo

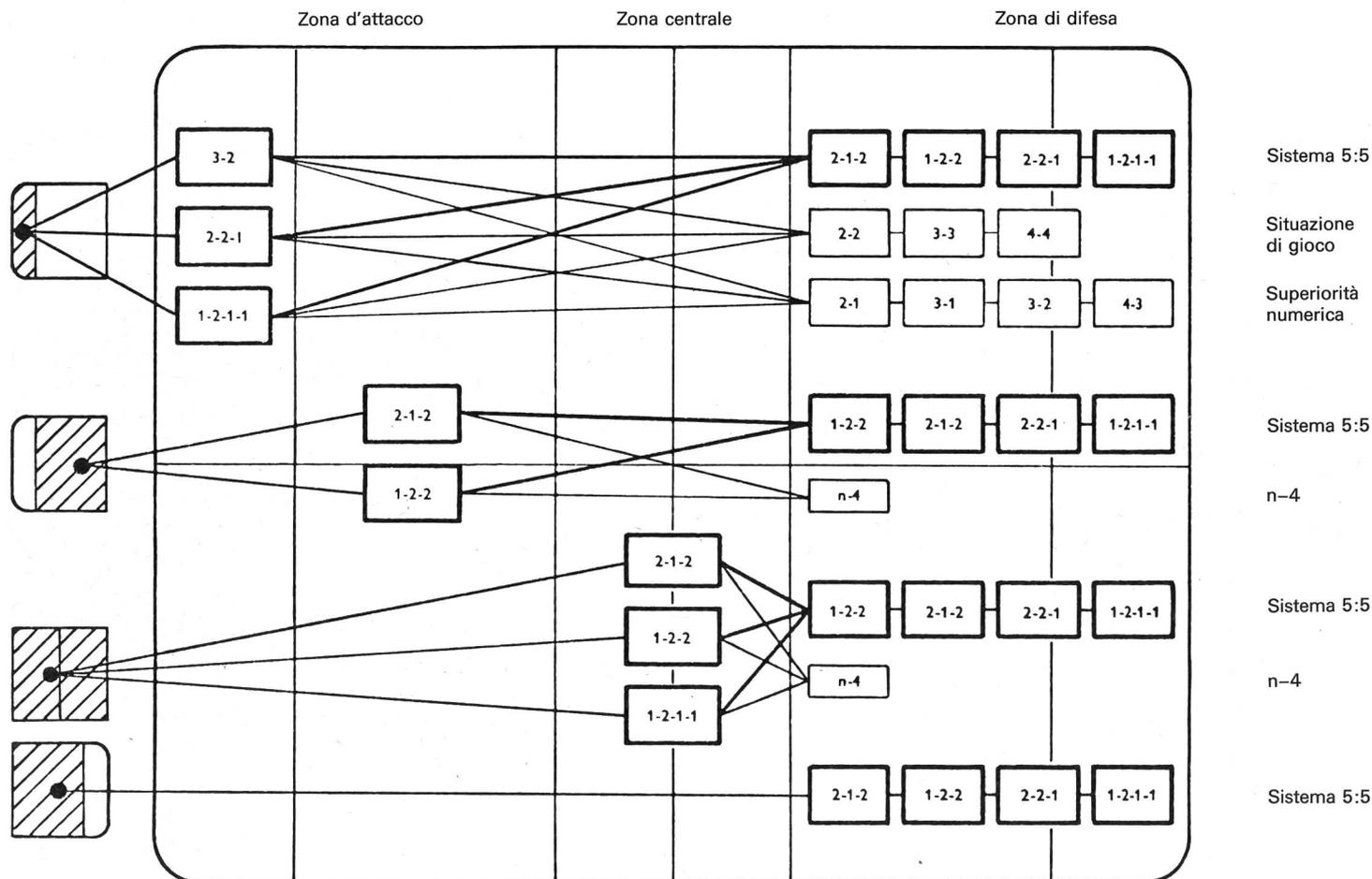
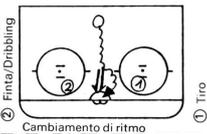
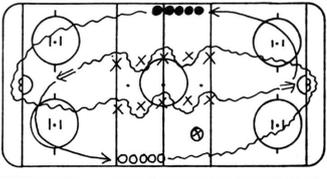
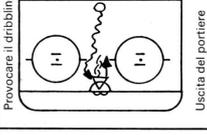
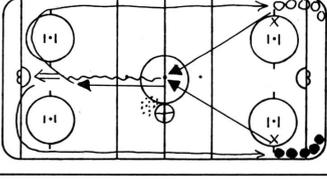
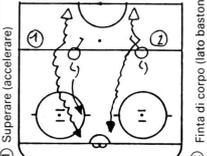
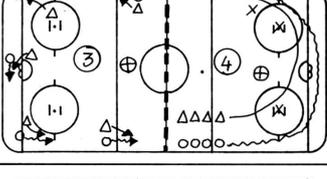
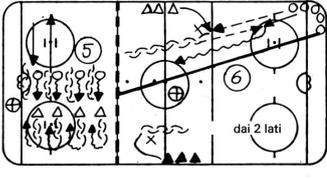
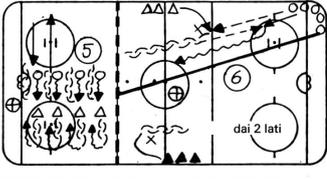
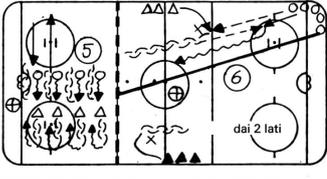
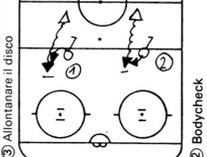
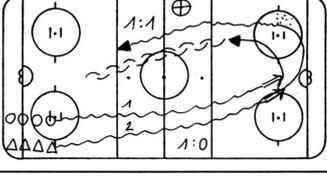
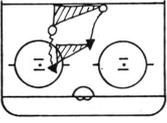
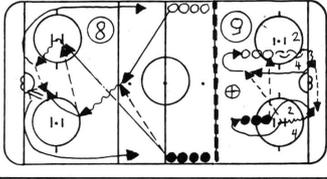
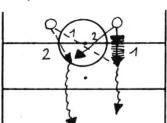
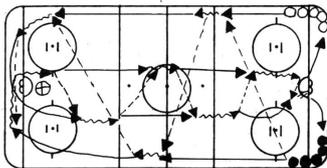
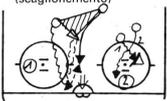
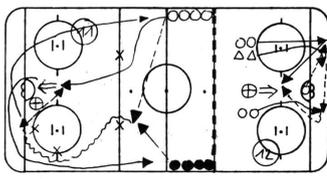
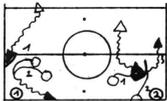
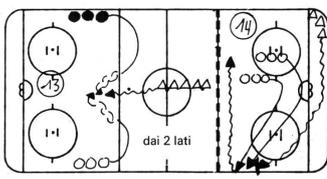
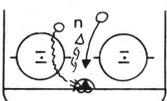
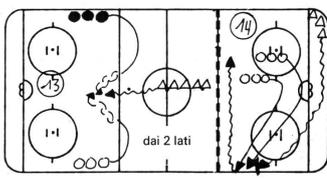
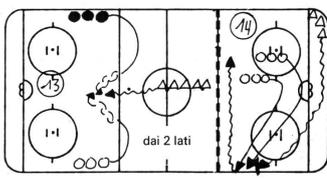
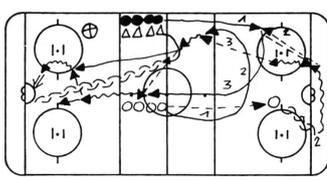
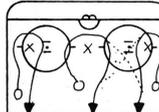
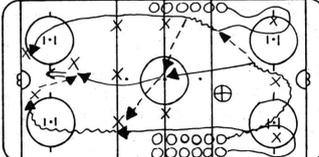
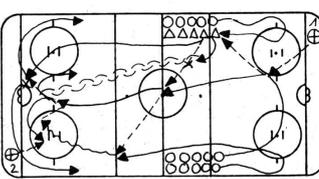
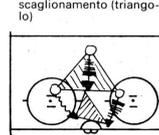
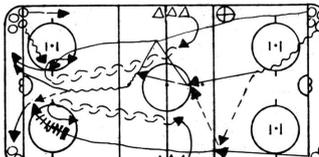
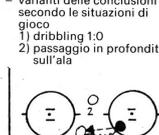
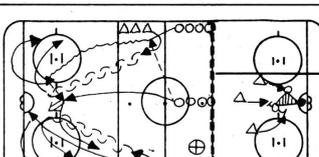
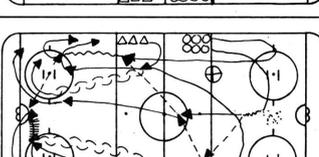
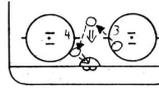
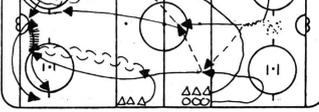
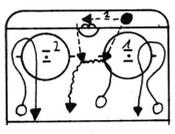
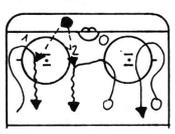
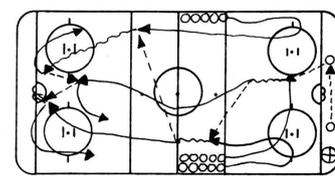
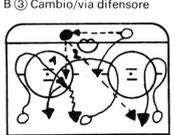
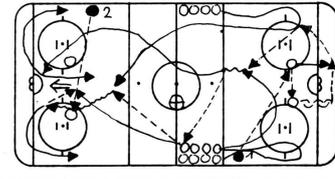
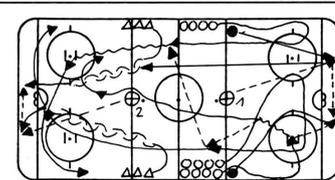
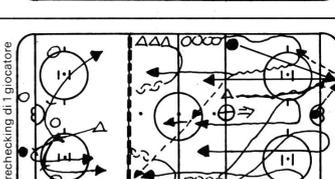
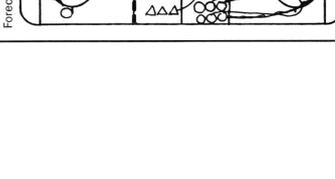
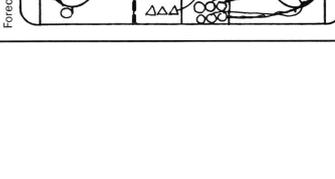


Figura 1: Panoramica dei principi delle azioni tattiche (secondo Bukac, Cecoslovacchia)

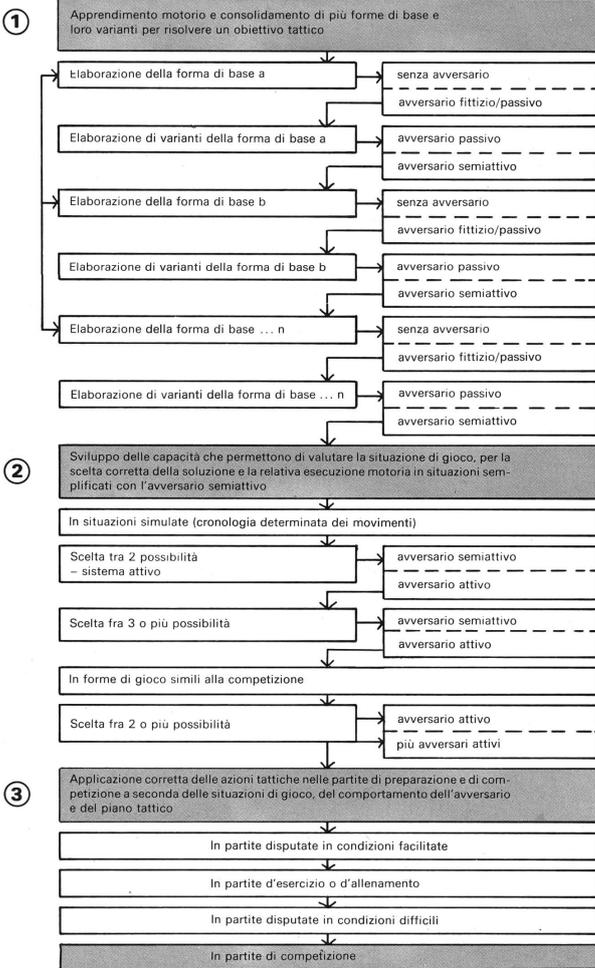
			Esempi di esercizi			
Contenuto	Obiettivi	Mezzi ausiliari	Organizzazione	No.	Descrizione / Durata / Sforzo	Forma / Grado
<p>1:0</p> <p>1:0</p> <p>Conclusione di un attacco contro il portiere da parte di un attaccante</p>	<p>Generali</p> <p>Comportamento alla conclusione</p>  <p>1 Finta/Dribbling</p> <p>2 Cambiamento di ritmo</p> <p>1 Tiro</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- cronologia determinata dei movimenti</li> <li>- cadenza ridotta</li> <li>- portiere passivo</li> <li>- portiere senza bastone</li> </ul>		1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 gruppi al centro contro la palizzata, slalom con il disco e scartare il portiere</li> <li>- durata: 15 min./10 x</li> <li>- intensità: massima 30" (recupero 60")</li> </ul>	<p>Esercitare</p> <p>Conclusione sotto sforzo</p> <p>Grado 1/2</p>
<p>1:0</p> <p>Difesa del portiere contro un solo attaccante</p>	<p>Comportamento difensivo</p>  <p>1 Provocare il dribbling</p> <p>2 Uscita del portiere</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- cronologia determinata dei movimenti</li> <li>- attaccante passivo con cadenza ridotta</li> <li>- azione dell'attaccante resa più difficile (inseguimento di un avversario, sforzo precedente)</li> </ul>		2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 gruppi negli angoli della pista, al segnale dell'allenatore, partenza di 2 giocatori da ogni angolo, scatto fino al centro, 1 prende il disco ed attacca, 2 segue e disturba</li> <li>- durata: 15 min./10 x</li> <li>- intensità: massima, 10" (recupero 80")</li> </ul>	<p>Applicazione</p> <p>Situazione di competizione dovuta allo sforzo ed all'intervento dell'avversario</p> <p>Grado 2/3</p>
<p>1:1</p> <p>1:1</p> <p>Dribbling e conduzione di un attaccante contro 1 giocatore in difesa</p> <p>→ obiettivo finale 1:0</p>	<p>Generali</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- cambiamento di ritmo</li> <li>- finta di corpo</li> <li>- copertura del disco con il corpo</li> </ul> <p>Varianti di dribbling</p>  <p>1 Superare il difensore (accelerare)</p> <p>2 Finta di corpo (lato bastone)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- cronologia determinata dei movimenti</li> <li>- avversario passivo</li> <li>- cadenza ridotta</li> <li>- avversario senza bastone</li> <li>- spazio limitato</li> <li>- azione avversaria resa più difficile dallo sforzo e dal tempo limitato</li> </ul>		3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- stringere/bloccare contro la palizzata (in alternanza)</li> <li>- durata: 5 min. (sin.+des.)</li> <li>- 10 x ciascuno</li> <li>- intensità: media, 5" (recupero: 10")</li> </ul>	<p>Introduzione</p> <p>Cadenza ridotta</p> <p>Avversario passivo</p> <p>Grado 1</p>
				4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- stringere/bloccare in due dietro la porta</li> <li>- durata: 10 min. (sin.+des.)</li> <li>- 10 x ciascuno</li> <li>- intensità: media, 15" (recupero: 45")</li> </ul>	<p>Introduzione</p> <p>Cadenza ridotta</p> <p>Cronologia determinata dei movimenti</p> <p>Grado 1</p>
				5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- in coppia, di traverso in alternanza</li> <li>- durata: 10 min./20 x</li> <li>- intensità: submassimale, 10" (recupero: 10")</li> </ul>	<p>Esercitare</p> <p>Cadenza ridotta</p> <p>Spazio limitato</p> <p>Grado 1/2</p>
				6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- attacco 1:1 con passaggio dell'attaccante al difensore e ritorno</li> <li>- durata: 10 min./10 x</li> <li>- intensità: massima, 15" (recupero: 45")</li> </ul>	<p>Esercitare</p> <p>Spazio limitato</p> <p>Cronologia determinata dei movimenti</p> <p>Grado 2/3</p>
<p>1:1</p> <p>Neutralizzazione e difesa di un giocatore contro un attaccante/ collaborazione con il portiere</p> <p>→ obiettivo finale 1:2</p>	<p>Diversi modi di difesa</p>  <p>1 Allontanare il disco</p> <p>2 Bodycheck</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- cronologia determinata dei movimenti</li> <li>- avversario passivo (cadenza ridotta)</li> <li>- spazio limitato</li> <li>- azione avversaria resa più difficile dallo sforzo e dal tempo limitato</li> </ul>		7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- in coppia in un angolo, partenza uno dietro l'altro, tiro in porta; ritorno 1:1</li> <li>- durata: 15 min./7 x</li> <li>- intensità: massima, 30" (recupero: 90")</li> </ul>	<p>Applicazione</p> <p>Situazione di competizione (sforzo)</p> <p>Grado 2/3</p>

Contenuto			Obiettivo	Mezzi ausiliari	Esempi di esercizi							
					Organizzazione	No.	Descrizione / Durata / Sforzo	Forma / Grado				
2:0 2:0	<p>Costruzione e conclusione di un attacco da parte di 2 attaccanti contro il portiere</p> <p>Collaborazione di 2 difensori nella zona di difesa senza avversario</p>	<p><i>Generali</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- scaglionamento</li> <li>- distanza laterale</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- cronologia determinata dei movimenti</li> <li>- cadenza ridotta</li> <li>- demarcazione degli spazi</li> <li>- scelta tra 2 possibilità</li> </ul>		8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- attacco 2:0 con incrocio e passaggio all'indietro</li> <li>- durata: 10 min./10 x</li> <li>- intensità: sottomassimale, 10" (recupero: 50")</li> </ul>	<p><i>Esercitare</i></p> <p>Cronologia determinata dei movimenti</p> <p>Grado 1/2</p>					
								<p>- smarcarsi/cambio/passaggio in profondità</p> 		9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- collaborazione di due difensori (dall'1 a 4)</li> <li>- durata: 10 min. (sin.+des.) 7 x ciascuno</li> <li>- intensità: sottomassimale, 15" (recupero: 50")</li> </ul>	<p><i>Esercitare</i></p> <p>Cronologia determinata dei movimenti</p> <p>Cadenza ridotta</p> <p>Grado 1/2</p>
<p>Costruzione e conclusione di un attacco di 2 attaccanti contro 1 difensore</p> <p>→ obiettivo finale 1:0</p> <p>Collaborazione di 2 difensori nella zona di difesa contro 1 attaccante</p>	<p><i>Generali</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ostruzione → 1:0</li> <li>- attirare il difensore verso il portatore del disco</li> <li>- smarcare il secondo attaccante (scaglionamento)</li> </ul> <p>① Passaggio indietro</p> <p>② Ostruzione</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- cronologia determinata dei movimenti</li> <li>- cadenza ridotta</li> <li>- avversario passivo</li> <li>- avversario senza bastone</li> <li>- scelta tra 2 possibilità</li> </ul>		11	<ul style="list-style-type: none"> <li>- passaggio e pattinaggio in velocità nella posizione di ala; all'altezza dell'allenatore, passaggio al compagno</li> <li>- durata: 20 min. (sin.+des.) 10 x ciascuno</li> <li>- intensità: massima, 10" (recupero: 50")</li> </ul>	<p><i>Esercitare</i></p> <p>Cronologia determinata dei movimenti</p> <p>Grado 2/3</p>						
							<p>Forechecking di 2 attaccanti (centro e ala) contro 1 attaccante</p> <p>Difesa di 2 difensori contro 1 attaccante</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ① stringere e bloccare, il 2. difensore prende il disco</li> <li>- ② stringere; il 2. difensore blocca l'attaccante, disco libero. Scaglionamento/ copertura (mai alla stessa altezza)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- cronologia determinata dei movimenti</li> <li>- cadenza ridotta dell'attaccante</li> <li>- spazio limitato</li> </ul>		12	<ul style="list-style-type: none"> <li>- l'allenatore tira in porta, parata e sviluppo del gioco dei 2 difensori contro 1 attaccante</li> <li>- durata: 10 min./20 x</li> <li>- intensità: massima, 15" (recupero: 15")</li> </ul>
<p>Azione difensiva di un difensore contro 2 attaccanti/collaborazione con il portiere</p> <p>→ obiettivo finale 2:2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- intervenire attivamente il più tardi possibile (difesa)</li> <li>- neutralizzare gli attaccanti</li> <li>- restare al centro 2 attaccanti</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- cronologia determinata dei movimenti</li> <li>- avversario passivo, con cadenza ridotta</li> <li>- azione dell'avversario resa più difficile da uno sforzo precedente</li> </ul>		13	<ul style="list-style-type: none"> <li>- attacco 1:2 dalla linea centrale</li> <li>- durata: 10 min./10 x (20 x)</li> <li>- intensità: massima, 10" (recupero: 50")</li> </ul>	<p><i>Applicazione</i></p> <p>Situazione di competizione</p> <p>Grado 2/3</p>						
							<p>Forechecking 2:1 su un avversario in movimento</p> <p>durata: 5 min. (sin.+des.) 10 x ciascuno</p> <p>intensità: massima, 15" (recupero: 45")</p>		14	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Forechecking 2:1 su un avversario in movimento</li> <li>- durata: 5 min. (sin.+des.) 10 x ciascuno</li> <li>- intensità: massima, 15" (recupero: 45")</li> </ul>	<p><i>Applicazione</i></p> <p>Situazione di competizione</p> <p>Grado 2/3</p>	
<p>3 gruppi alla linea centrale, passaggio del «centro» al difensore, pattinare dietro la porta, doppio passaggio con l'ala, cambio fra «centro» e ala con costruzione, con passaggio al «centro», attacco 2:1, libera scelta (cambio di difensori ogni 2 min.)</p> <p>durata: 20 min./20 x</p> <p>intensità: massima, 30" (recupero: 30")</p>		15	<ul style="list-style-type: none"> <li>- attacco 1:2 dalla linea centrale</li> <li>- durata: 10 min./10 x (20 x)</li> <li>- intensità: massima, 10" (recupero: 50")</li> </ul>	<p><i>Applicazione</i></p> <p>Situazione di competizione sotto sforzo</p> <p>Grado 3</p>								

				Esempi di esercizi			
	Contenuto	Obiettivo	Mezzi ausiliari	Organizzazione	No.	Descrizione / Durata / Sforzo	Forma / Grado
3:0	Costruzione e conclusione di un attacco da parte di una linea di attaccanti senza avversari → adattare il movimento in funzione dello spostamento dei compagni	Generali (offensivamente) - percorsi di 3 attaccanti per mettersi in movimento (curva) 	- pattinare senza disco - cronologia determinata dei movimenti - demarcazione degli spazi - scelta tra 2 possibilità - cadenza ridotta		16	- presa di lancio di 3 attaccanti, il centro con il disco, passaggio all'ala, al centro e ancora all'ala opposta. Pattinare con il disco e passaggi all'indietro. Tiro/ala sulla respinta - durata: 15 min/10 x - intensità: sottomassimale, 15" (recupero 60")	<i>Introduzione</i> Cronologia determinata dei movimenti  <i>Grado 1/2</i>
3:1	Come 3:0 ma contro 1 avversario. Superare l'avversario con una posizione scaglionata ed ampia → obiettivo finale 2:0	- percorso al momento della costruzione (movimento dell'ala) 	- avversario passivo - cronologia determinata dei movimenti (situazione simulata) - cadenza ridotta - scelta tra 2 possibilità		17	Rincorsa di 3 attaccanti, passaggio dell'allenatore 1 al centro, doppio passaggio all'ala opposta, con conclusione con 2 possibilità a scelta.  Partenza nella direzione opposta con passaggio dell'allenatore 2, attacco 3:1 ritorno - durata: 10 min/10 x - intensità: massima, 30" (recupero: 120")	<i>Esercitare</i> In condizioni facili (1 avversario)  <i>Grado 2</i>
3:2	Come 3:1 ma contro 2 difensori. Conclusioni costringendo l'avversario all'azione 1:1 → obiettivo finale 2:1 → (obiettivo finale 1:0)	- posizione per concludere secondo il principio dello scaglionamento (triangolo) 	- cronologia determinata dei movimenti - avversario senza bastone - delimitazione dello spazio/posizione - scelta tra 2 possibilità - cadenza ridotta		18	Due linee di attaccanti da ogni parte, difensori sulla linea centrale, attacco con cambio ala/centro 3:2, conclusione libera (possibilmente passaggio in profondità davanti alla porta)  Attacco della linea nella direzione opposta (ritorno dei difensori) - durata: 10 min/10 x - intensità: massima, 15" (recupero: 30")	<i>Esercitare</i> Forma complessa (condizione integrata) in parte cronologia determinata dei movimenti  <i>Grado 2/3</i>
3:2	Gioco di posizione e occupazione della zona corretti/collaborazione dei 2 difensori con il portiere → obiettivo finale: allontanamento della zona di porta pericolosa (attacco tardivo 1:1)	- varianti delle conclusioni secondo le situazioni di gioco 1) dribbling 1:0 2) passaggio in profondità sull'ala 	- cadenza dell'attaccante ridotta - cronologia determinata dei movimenti		19	- per le linee, attacco 3:2 dalla zona centrale, libera scelta della conclusione secondo la situazione - durata: 15 min/15 x - intensità: massima, 15" (recupero: 45")	<i>Applicazione</i> Libera scelta della cronologia dei movimenti in condizioni simili alla competizione  <i>Grado 2/3</i>
3:3	Come 3:2 ma in più contro 1 attaccante che fa backchecking → obiettivo finale 2:1 per smarcamento	3) passaggio all'indietro al centro e tiro 4) passaggio indietro al centro, passaggio all'ala davanti alla porta 	- scelta tra 2 possibilità - avversario senza bastone - avversario passivo - cadenza ridotta		20	- per linee, attacco 3:3 dalla zona di difesa, backchecking di 1 uomo sul portatore del disco, conclusione per smarcamento degli attaccanti - durata: 15 min/15 x - intensità: massima, 15" (recupero: 30")	<i>Applicazione</i> Libera scelta della cronologia dei movimenti in condizioni simili alla competizione  <i>Grado 3</i>
3:3	Collab. di 2 difensori con 1 attaccante → obiettivo 3:3 Marcamento a uomo/ principi difensivi, v. es. d'esercizi		- cadenza ridotta degli attaccanti				

			Esempi di esercizi			
Contenuto	Obiettivo	Mezzi ausiliari	Organizzazione	No.	Descrizione / Durata / Sforzo	Forma / Grado
<p>5:0</p> <p>5:0</p> <p>Inizio e costruzione di un attacco da parte di un blocco, senza avversari</p> <p>→ collaborazione tra attaccanti e difensori al momento dell'inizio dell'attacco</p>	<p>Generali (offensivamente)</p> <p>Varianti di inizio</p> <p>A ① diretto, con passaggio dietro la porta</p>  <p>B ② passaggio al centro/ala</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- cronologia determinata dei movimenti</li> <li>- cadenza ridotta</li> <li>- demarcazione degli spazi</li> <li>- scelta tra 2 possibilità</li> </ul>		21	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rincorsa dei 3 attaccanti, passaggio del difensore dietro la porta, inizio dell'attacco via centro, passaggio all'ala e conclusione 3:0 con passaggio indietro al centro o passaggio davanti alla porta (cambio dei difensori ogni 5 min.)</li> <li>- durata: 15 min./10 x</li> <li>- intensità: sottomassima, 15" (recupero: 60")</li> </ul>	<p>Introduzione</p> <p>Cronologia determinata dei movimenti</p> <p>Grado 3</p>
<p>5:2</p> <p>5:2</p> <p>Come 5:0 ma costruzione e conclusione contro 2 difensori</p> <p>→ conduzione con l'appoggio dei 2 difensori all'attacco</p>	<p>B ③ Cambio/via difensore</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- avversario passivo</li> <li>- cronologia determinata dei movimenti</li> <li>- cadenza ridotta</li> <li>- scelta tra due possibilità prestabilite</li> </ul>		22	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rincorsa dei 3 attaccanti passaggio dal difensore sinistro al difensore destro, passaggio dietro la porta e inizio dell'attacco via ala, costruzione 3:0 con cambio centro/ala, conclusione con 2 possibilità</li> <li>Idem per il ritorno</li> <li>- durata: 15 min./5 x</li> <li>- intensità: massima, 45" (recupero: 135")</li> </ul>	<p>Esercitare</p> <p>Inizio e costruzione fissate, conclusione con 2 possibilità a scelta</p> <p>Grado 2/3</p>
<p>5:3</p> <p>5:4</p> <p>5:3</p> <p>5:3</p> <p>Come 5:2 ma con fore- e backchecking di 1 (2) avversario supplementare</p> <p>→ inizio e costruzione, scegliendo la variante migliore</p> <p>→ collaborazione dei difensori con un attaccante difensivo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- comprensione ed esecuzione della migliore situazione di gioco, tramite una collaborazione intelligente: smarcare, temporeggiare, accelerare, cambiamento di gioco</li> <li>- variante con buoni forechecking dell'avversario (2-3 giocatori)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- avversario passivo</li> <li>- scelta tra 2 possibilità</li> <li>- cadenza ridotta</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- cadenza dell'attaccante ridotta</li> <li>- cronologia determinata dei movimenti</li> </ul>	 <p>Forechecking di 1 giocatore</p>	23	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passaggio dell'allenatore 1 dietro la porta, inizio via ala e cambio, ala/centro, attacco 5:2, conclusione con 1 difensore</li> <li>- Passaggio dell'allenatore 2 dietro la porta, 2 difensori in azione difensiva, costruiscono l'attacco contro i 2 difensori offensivi</li> <li>- durata: 20 min./6 x</li> <li>- intensità: media, 45" (recupero: 135")</li> </ul>	<p>Esercitare</p> <p>Scelta tra 2 possibilità e cadenza ridotta</p> <p>Grado 3</p>
<p>5:5</p> <p>5:5</p> <p>5:5</p> <p>Come 5:3/5:4, ma con 5 avversari</p> <p>→ attacco in funzione della situazione di gioco</p> <p>→ marcamento a uomo e a zona nelle situazioni di gioco</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- avversario passivo</li> <li>- avversario senza bastone</li> <li>- cadenza ridotta</li> <li>- scelta tra 2 possibilità</li> </ul>  <p>Forechecking di 2-3 giocatori</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- avversario passivo</li> <li>- scelta tra 2 possibilità</li> <li>- cadenza ridotta</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- cadenza dell'attaccante ridotta</li> </ul>		24	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'allenatore tira in porta, parata laterale dietro la porta, inizio dell'attacco (scelta libera, 1 avversario al forechecking)</li> <li>- attacco 5:3 e conclusione, ritorno degli 8 giocatori e secondo attacco, cambio</li> <li>- durata: 20 min./6 x</li> <li>- intensità: media, 45" (recupero: 135")</li> </ul>	<p>Applicazione</p> <p>Libera scelta della cronologia dei movimenti in situazione facilitata simile alla competizione</p> <p>Grado 3</p>
<p>5:5</p> <p>5:5</p> <p>5:5</p> <p>Come 5:3/5:4, ma con 5 avversari</p> <p>→ attacco in funzione della situazione di gioco</p> <p>→ marcamento a uomo e a zona nelle situazioni di gioco</p>	<p>(passaggio indietro e cambiamento di gioco, ala molto arretrata)</p> <p>(principi difensivi, vedi esempi)</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- avversario passivo</li> <li>- avversario senza bastone</li> <li>- cadenza ridotta</li> <li>- scelta tra 2 possibilità</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- cadenza dell'attaccante ridotta</li> </ul>		25	<ul style="list-style-type: none"> <li>- scambio di passaggi dietro la porta tra 2 difensori, al segnale dell'allenatore, rincorsa rispettivamente forechecking di tutti i giocatori. Inizio dell'attacco a scelta/backchecking 5:5, conclusione libera, cambio dei blocchi</li> <li>- durata: 20 min./10 x offensivamente/10 x difensivamente</li> <li>- intensità: massima, 30" (recupero: 30")</li> </ul>	<p>Applicazione</p> <p>Libera scelta della cronologia dei movimenti in condizione facilitata (avversario passivo)</p> <p>Grado 3</p>

**Progressione schematica (teoria dei 3 gradi)**



**Esempio pratico (inizio dell'attacco 5:0 → 5:5)**

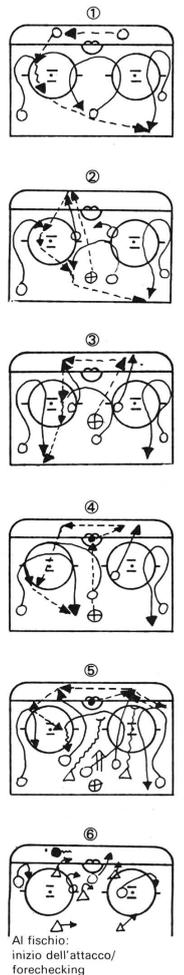
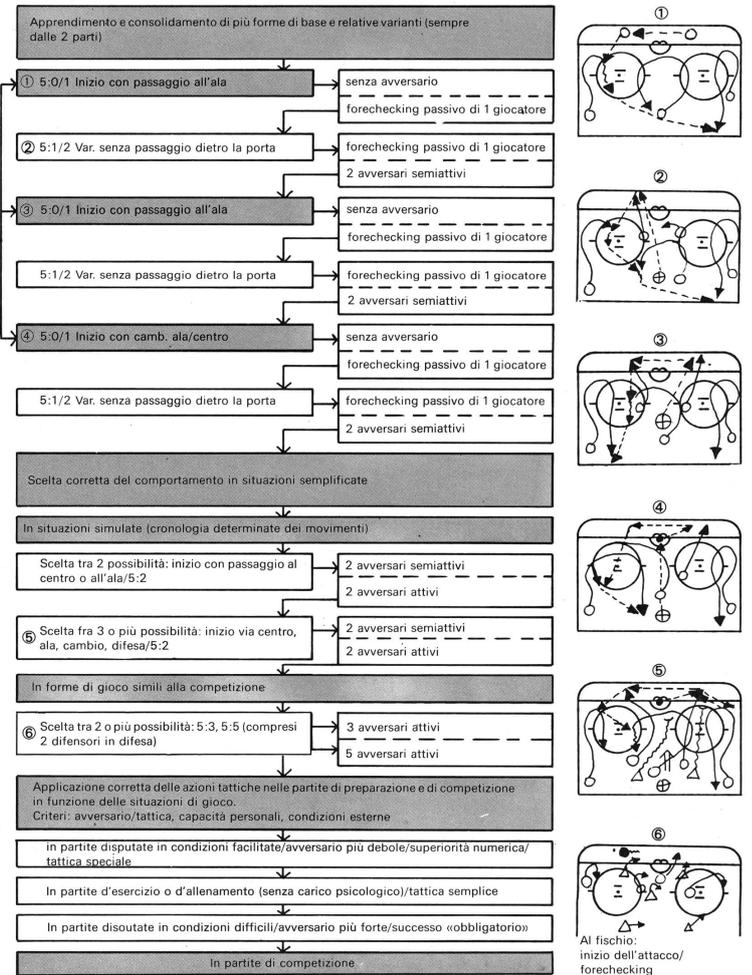


Figura 2: Panoramica globale sulle forme di azioni individuali e di gruppo

	Comportamento offensivo					Comportamento difensivo				
	Forma dell'esercizio	Zona d'applicazione			Contenuto generale	Forma dell'esercizio	Zona d'applicazione			Contenuto generale
		Zona di difesa	Zona centrale	Zona di attacco			Zona di difesa	Zona centrale	Zona di attacco	
<b>Tattica individuale</b> 1 attaccante contro il portiere/1 difensore 1 portiere/1 giocatore in difesa contro 1-3 giocatori all'attacco	1:0			⊗	Scartare il portiere	0:1	⊗			Difesa del portiere contro 1 attaccante
	1:1		x	⊗	Superare il difensore	1:1	⊗	x	⊗	Duello, azione difensiva del difensore Neutralizzare, andare incontro Difesa in inferiorità numerica
	1:2		x	⊗	Scartare i 2 difensori	1:2	⊗	x	⊗	
<b>Tattica di gruppo</b> 2 giocatori all'attacco contro il portiere/1-2 giocatori in difesa 2 giocatori in difesa contro 1-5 giocatori all'attacco	2:0	⊗	x	⊗	Conclusione di 2 attaccanti	2:1	⊗	x	⊗	Difesa in superiorità numerica Forechecking contro 1 avversario Difesa contro 2 attaccanti Forechecking contro 2 avversari Difesa in inferiorità numerica Difesa contro 4 giocatori all'attacco Difesa contro 5 giocatori all'attacco
	2:0		(x)	⊗	Inizio dell'attacco da parte di 2 difensori	2:1		(x)	⊗	
	2:1	⊗	x	⊗	Scartare 1 difensore	2:2	⊗	x	⊗	
	2:1		(x)	⊗	Inizio dell'attacco contro 1 attaccante	2:2		(x)	⊗	
	2:2	⊗	x	⊗	Scartare 2 difensori	2:3	⊗	x	⊗	
	2:2		(x)	⊗	Inizio dell'attacco contro 2 attaccanti	2:4	⊗	x	⊗	
	2:3		x	⊗	Scartare in inferiorità numerica	2:5	⊗	x	⊗	
3 giocatori in attacco contro il portiere/1-2 giocatori in difesa 3 giocatori in difesa contro 2-5 giocatori all'attacco	3:0	(x)	x	⊗	Conclusione di una linea	3:2 (4:2)		x	⊗	Difesa in superiorità numerica Neutralizzare in superiorità numerica Difesa contro 3 attaccanti Difesa in inferiorità numerica Difesa in inferiorità numerica Forechecking e backchecking contro 5 giocatori all'attacco
	3:1		x	⊗	Scartare 1 difensore	3:2	x	⊗	⊗	
	3:2		x	⊗	Scartare 2 difensori	3:3	⊗	x	⊗	
	3:3	(x)	x	⊗	Scartare 2 giocatori in difesa	3:4	⊗	x	⊗	
	3:4		x	x	Scartare (superare) in inferiorità numerica	3:5	⊗	x	⊗	
						3:5 ↓		x	⊗	
5 (4) giocatori all'attacco contro il portiere/2-5 giocatori in difesa 5 giocatori in difesa contro 4-5 giocatori all'attacco	5:0 [4:0]	⊗	x	⊗	Inizio dell'attacco da parte di 1 blocco	5:4	⊗	x	⊗	Difesa in superiorità numerica Forechecking contro 5 attaccanti Backchecking contro 5 attaccanti Difesa contro 5 attaccanti
	5:2	⊗	x	⊗	Conclusione (costruzione) contro 2 difensori	5:5		x	⊗	
	5:3	⊗	x	⊗	Inizio dell'attacco contro 3 giocatori che difendono	5:5		⊗	x	
	5:3		x	⊗	Costruzione/conclusione contro 3 giocatori che difendono	5:5	⊗	x	⊗	
	5:4	⊗	x	⊗	Inizio dell'azione contro 4 giocatori che difendono					
	5:4		x	⊗	Conclusione (costruzione) contro 4 giocatori che difendono					
	5:5	⊗	x	⊗	Inizio dell'azione contro 5 avversari					
	5:5		⊗	⊗	Costruzione contro 5 avversari					
	5:5		x	⊗	Conclusione contro 5 avversari					

- ⊗ = Zona di applicazione principale
- x = Zona di applicazione allargata
- (x) = Zona di applicazione eventuale

## Progressione metodologica della tattica individuale e di gruppo

Questa progressione deve aiutare l'allenatore a comprendere meglio le relazioni tattiche e deve pure mostrargli le possibilità per sviluppare sistematicamente i comportamenti tattici.

Con l'aiuto di esempi di esercizi vengono chiariti i contenuti, gli obiettivi ed i mezzi ausiliari dei diversi gradi.

Con l'esempio dell'inizio dell'attacco 5:0/5:5 (disegno 3), viene mostrata la complessità di un'azione tattica e ciò che è necessario per la sua costruzione metodologicamente corretta nella sua globalità. Nell'istruzione tattica, non serve proporre ai giocatori le *forme finali* ed attendersi che queste vengano imparate ad automatizzazione rapidamente.

L'esempio citato in precedenza può essere usato, rispettivamente adattato alle più svariate forme tattiche.

Riassumendo, possiamo affermare ciò che segue (secondo Konzag e altri): «L'insegnamento di capacità tattiche è un *processo complicato*, in quanto comprende una grande quantità di processi parziali che si sovrappongono. È importante mettere l'accento sull'*esercitazione teorica* perciò che riguarda i comportamenti tattici.»

Lo sviluppo di azioni tattiche avviene in tre fasi:

1. Fase:  
Apprendimento motorio e consolidamento di più forme di base e delle relative varianti per risolvere obiettivi tattici.
2. Fase:  
Sviluppo delle capacità che permettono la valutazione corretta della situazione di gioco, per poter scegliere le soluzioni corrette e le relative esecuzioni motorie in soluzioni semplificate.
3. Fase:  
Sviluppo delle capacità che permettano l'applicazione delle azioni tattiche nelle partite di preparazione ed ufficiali, del comportamento dell'avversario e del piano tattico.

## Terminologia

Le definizioni seguenti hanno quale obiettivo la spiegazione dei concetti utilizzati finora.

### Inizio dell'attacco

Inizio dell'attacco nella zona di difesa

### Costruzione dell'attacco

Azione collettiva offensiva nella zona centrale

### Conclusione dell'attacco

Fine dell'attacco con tiro in porta nella zona di attacco

### Difesa

Comportamento difensivo nella zona di difesa

### Backchecking

Comportamento difensivo nella zona centrale

### Forechecking

Comportamento difensivo nella zona di attacco

### Comportamento difensivo

Comportamento offensivo generale

### Comportamento offensivo

Comportamento offensivo generale

### Azione passiva

Comportamento con impegno ridotto

### Cronologia determinata dei movimenti

Comportamento conosciuto dei giocatori o degli avversari e prescritto dall'allenatore

### Cambiamento di ritmo

Cambiamento della velocità dell'azione, detto anche «Timing» (accelerare, temporeggiare)

### Finta di corpo

Costringere l'avversario ad una determinata reazione in seguito ad un movimento accennato in direzione contraria (sorpresa)

### Situazione di competizione

Simulazione di una situazione simile al gioco (partita)

### Sforzo (carico)

Lavoro fisico che precede un comportamento effettivo simile alla competizione (sollecitazione del sistema cardiovascolare)

### Durata

Limitazione temporale di lavoro

### Intensità

Grado di intensità di un esercizio/allenamento

### Obiettivo

Intenzione e scopo finale di esercizio

### Principio di apprendimento

Indicazioni dei contenuti per il raggiungimento degli obiettivi

### Mezzi ausiliari

Possibilità che facilitano l'apprendimento di una azione

## Simboli



comportamento offensivo/esempio di esercizio per allenare il gioco offensivo  
comportamento difensivo/esempio di esercizio per allenare il gioco difensivo

②: 1

comportamento di 2 attaccanti

2: ①

comportamento di colui che difende



pattinare senza disco



pattinare con il disco



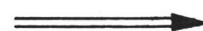
pattinare indietro



pattinare indietro, 1/2 giro, pattinare avanti



passaggio



tiro



pattinare lentamente ed accelerare



pattinare e rallentare



backchecking



giocatore della propria squadra



giocatore avversario



allenatore



ostacolo sul ghiaccio

## Bibliografia

- Bucak L./Safarik V.: Obrama V lednim Hokeyi, 1971, Praga CSSR  
 Fahey T.: Hokey Soviet-Canadien, 1977, Brandon Canada  
 Gut K./Wohl P.: Metodicky dopis, 1976, Praga CSSR  
 Horsky L.: Trenink ledniho hokeje, 1977, Praga CSSR  
 Hessisches Institut für Lehrerfortbildung: Trainingslehre Vol. III, 1976, Kassel RFT  
 Harre D.: Teoria dell'insegnamento, 1975 Berlino-Ovest RDT  
 Konzag e altri: Übungsformen Sportspiele, 1975, Berlino-Ovest RDT  
 SFGS Macolin: Manuale del monitore G+S, 1977  
 Röthig P.: Sportwissenschaftliches Lexikon, 1973 Schorndorf RFT