

GIOCHIAMO AL PARA ICE HOCKEY

IMPARA. COINVOLGI. INCLUDI.

Obiettivo didattico: acquisire consapevolezza di diversi sport Paralimpici e adattamenti.



INTERNATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE

I'm**POSSIBLE** in Italy

Implemented by



in partnership with



Part of the Milano Cortina 2026
Education Programme Gen26



GIOCHIAMO AL PARA ICE HOCKEY

2

INTRODUZIONE

Il Para ice hockey è simile allo sport Olimpico invernale dell'hockey su ghiaccio che gli studenti possono aver già visto o provato. Per vincere la partita i membri della squadra lavorano insieme per segnare più goal della squadra avversaria entro il tempo massimo.

Si tratta di un gioco molto fisico dai ritmi velocissimi a cui è davvero entusiasmante assistere. I giocatori hanno molta forza nella parte superiore del corpo, dato che usano le mani e le braccia per spostarsi sul ghiaccio e far avanzare il disco (puck).

Le attività pratiche di questa unità consentono alle studentesse e agli studenti di sperimentare alcune delle abilità richieste per il Para ice hockey in un contesto senza neve. L'intento è fornire un assaggio dello sport Paralimpico in modo che possano apprezzare le abilità, la dedizione e i risultati delle atlete e degli atleti Paralimpici e di chi gareggia nei Giochi Paralimpici Invernali.

Cover image: © Buda Mendes/Getty Images

Le attività 1a e b sono state concepite come attività principali per studenti piccoli e grandi che non hanno familiarità con la disciplina del Para ice hockey. Queste attività possono anche essere utilizzate come esercitazione per studenti con maggiore esperienza prima di farli cimentare con l'attività principale: l'**attività 2**. Gli approfondimenti offrono agli studenti l'opportunità di ideare giochi e attività adatte a essere svolte da loro e da studenti più giovani.

MAGGIORI INFORMAZIONI:



Per una breve introduzione, guardare il video "**Para ice hockey**" nella playlist YouTube l'mPOSSIBLE dell'IPC <http://bit.ly/ImPOSSIBLEvideos> e la presentazione PowerPoint, "**Un'introduzione al Para ice hockey**" per presentare i principi di questa disciplina sportiva.



© Joel Marklund for OIS/IOC

ATTIVITÀ 1A

3

INIZIAMO APPRENDENDO QUESTE CAPACITÀ: segnare un goal.

ATTREZZATURE

Una serie di palline morbide e leggere e altri oggetti come anelli di plastica che possono essere lanciati, fatti rotolare e colpiti con stecche o mazze; stecche o mazze.

Bersagli o altri oggetti che possono essere utilizzati come bersagli: birilli, coni, cerchi, funi, secchielli.

Gessi, nastro o funi per tracciare le linee di lancio.

STUDENTI PIÙ GIOVANI

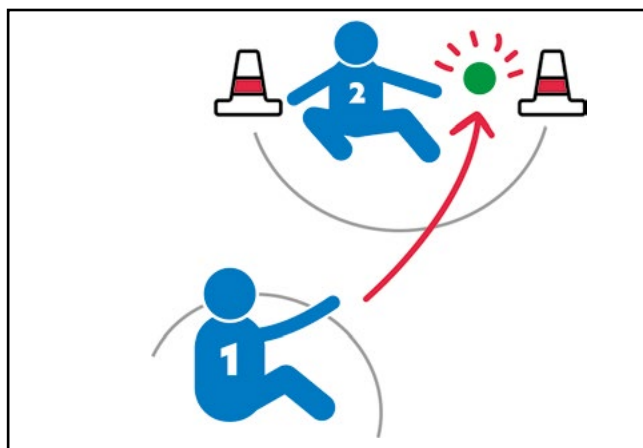
Le studentesse e gli studenti si esercitano e giocano tirando i rigori da seduti in un ambiente senza ghiaccio. Giocano 1 contro 1. Creare una porta o una linea della porta e un'area o una linea per tirare i rigori. (Un'area di rigore più vicina alla porta semplifica il gioco). Un giocatore fa da portiere. Entrambi i giocatori devono restare seduti per tutto il tempo. Il giocatore attaccante cerca di segnare un goal colpendo la palla a terra con la mano. Il portiere cerca di parare il tiro usando il corpo. Come i giocatori di Para ice hockey, possono provare a usare due mani per tirare in porta e per parare il tiro. Quanti goal riesce a segnare ogni giocatore con cinque tiri? Gli studenti dovrebbero poi invertire i ruoli.

Parlare delle difficoltà che incontrano e aiutarli ad apprezzare le abilità e i risultati dei giocatori di Para ice hockey.

STUDENTI PIÙ GRANDI

Per vincere la partita, le squadre di Para ice hockey devono segnare più goal degli avversari. Creare delle attività per far esercitare gli studenti nel tiro. Giocano uno contro uno utilizzando stecche da hockey e una palla morbida e leggera o un oggetto simile. Un giocatore fa da portiere. Creare una porta o una linea della porta e mettere dei segni nei punti da cui tirare. Includere tiri da breve e lunga distanza e tiri angolati. I giocatori attaccanti hanno a disposizione due o tre tentativi per fare goal da ogni punto di tiro prima di scambiarsi le postazioni. Possono esercitarsi a tirare stando in piedi e usando stecche da hockey oppure da seduti usando le mani.

Fissare dei bersagli dietro una porta e chiedere agli studenti di mirare a diverse parti della porta. Usare stecche da hockey e palle leggere delle dimensioni di quelle da hockey oppure attrezzature simili fatte in casa.



I'mPOSSIBLE in Italy

Implemented by



in partnership with



Part of the Milano Cortina 2026 Education Programme Gen26



ATTIVITÀ 1B

4

METTIAMO IN PRATICA LE NOSTRE ABILITÀ E PREPARIAMOCI A GIOCARE:
diventare ambidestri facendo semplici giochi di mira.

ATTREZZATURE

Una serie di palline e altri oggetti come dischi o anelli di gomma da tirare, far rotolare e colpire con stecche o mazze; stecche o mazze; bersagli oppure oggetti diversi da usare a questo scopo (birilli, coni, cerchi, funi, secchi); gessi, nastro o funi per tracciare le linee di lancio.

- I giocatori di Para ice hockey sono ambidestri. Questo significa che sono in grado di usare la mano destra e la sinistra con la stessa destrezza. Le studentesse e gli studenti della classe riescono a usare il braccio e la mano non dominanti bene come quelli dominanti?
- Creare semplici attività uno contro uno o due contro uno in cui gli studenti devono usare le mani, le stecche o le mazze e palle leggere per dribblare, far rotolare, spingere, fermare e tirare in porta o sui bersagli. Dovrebbero usare la mano dominante e quella non dominante per controllare, colpire, lanciare e maneggiare gli oggetti.
- Parlare di eventuali difficoltà che incontrano e aiutarli ad apprezzare l'abilità dei giocatori di Para ice hockey che usano entrambe le mani e le braccia per spingere sé stessi e far avanzare il disco.



© Martin Rose/Getty Images

I'mPOSSIBLE in Italy

Implemented by

in partnership with

Part of the Milano Cortina 2026
Education Programme Gen26

ATTIVITÀ 2

5

METTIAMOCI ALLA PROVA: giochiamo ad hockey senza ghiaccio.



ATTREZZATURE

Classica attrezzatura da hockey: palle leggere o dischi da hockey, stecche, porte e linee della porta.



CONSIGLI PER L'INCLUSIONE

- (T) Le istruzioni devono essere brevi e precise.
- (T) Verificare costantemente che i partecipanti abbiano capito.
- (R) Ridurre gli elementi competitivi delle attività e delle sfide.
- (E) Aumentare o ridurre la dimensione delle porte.
- (E) Ridurre al minimo le distrazioni intorno all'area di gioco.
- Fare semplici partite di hockey, senza ghiaccio in spazi ridotti, di cui le studentesse e gli studenti conoscono già le regole oppure insegnare loro a giocare a hockey indoor su una superficie piana e liscia e utilizzare un campo delle dimensioni di quello da Para ice hockey e la relativa attrezzatura. Le partite avranno tre tempi da 15 minuti.
- Guardare il video "**Para ice hockey**". È possibile guardare altri video che mostrano le giocatrici e i giocatori di Para ice hockey in azione ai Giochi Paralimpici Invernali che si sono tenuti a PyeongChang nel 2018.
- Avviare una discussione mettendo a confronto le partite di hockey senza ghiaccio giocate dagli studenti e quelle delle squadre di Para ice hockey. Quali qualità dimostrano i giocatori di Para ice hockey? In che modo queste qualità sono diverse da quelle che servono agli studenti per giocare a hockey senza ghiaccio?
- Elencare le somiglianze e le differenze e aiutare gli studenti ad apprezzare le abilità, la dedizione e i risultati dei giocatori di Para ice hockey.

MAGGIORI INFORMAZIONI:



Altri video che mostrano gli atleti di Para ice hockey in azione durante i Giochi Paralimpici Invernali di PyeongChang del 2018 sono disponibili qui:

youtu.be/5s1mRPX9qyM e
youtu.be/OpV3UKzJ-WQ



Maggiori informazioni e video sono disponibili sul sito web dell'IPC

www.paralympic.org/ice-hockey/about

ATTIVITÀ DI APPROFONDIMENTO

6

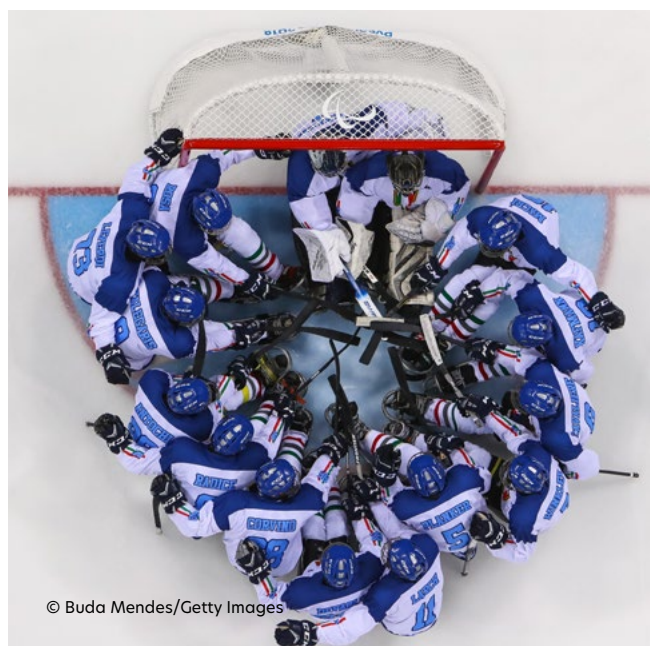
Recati presso una pista di pattinaggio locale. Prova a pattinare e a spingere un disco mentre ti sposti sul ghiaccio.

Informati sulle regole dell'hockey su ghiaccio e senza ghiaccio e assumi il ruolo di allenatore/arbitro.

Quale dispositivo assistivo potresti inventare per aiutare la prossima generazione di giocatori di Para ice hockey a migliorare le loro prestazioni?

RICERCA INDIPENDENTE FACOLTATIVA

Fai una ricerca sui giocatori di Para ice hockey del tuo Paese. Che cosa possono dirti dello sport e del loro impegno? Usa le app e i siti web dei social media oppure altri mezzi per dimostrare il tuo supporto nei loro confronti.



© Buda Mendes/Getty Images

DOMANDE PER LA DISCUSSIONE E LA RIFLESSIONE

- Le giocatrici e i giocatori di Para ice hockey devono fare un buon lavoro di squadra. Che cosa significa "fare lavoro di squadra"? Pensi di essere in grado di lavorare in squadra?
- **"Nel primo tempo abbiamo avuto qualche piccola difficoltà. Abbiamo giocato meglio nel secondo e nel terzo e anche il pubblico ci ha aiutati a migliorare la nostra performance."**
Lee Ji Hoon (squadra coreana di Para ice hockey, 2018 www.paralympic.org/news/pyeongchang-2018-para-ice-hockey-flash-quotes-day-6). In che modo gli spettatori aiutano le squadre a migliorare le prestazioni? In che modo puoi supportare e incoraggiare le atlete e gli atleti Paralimpici?
- Quali sfide possono dover affrontare i giocatori di Para ice hockey nella vita quotidiana? Come possono superare queste difficoltà? Come potresti sostenerli?

QUIZ DI VALUTAZIONE

Completare il quiz di valutazione singolarmente, a coppie o in piccoli gruppi.

COMPITO A CASA

- Che cosa puoi raccontare alla tua famiglia del Para ice hockey? I tuoi familiari sanno dirti qualcosa di questo sport? In che cosa è diverso dalla disciplina Olimpica dell'hockey su ghiaccio?
- Fai una ricerca su altri sport di squadra invernali ed estivi giocati dagli atleti Paralimpici.