

# Lista dei preferiti – Giochi di rinvio con bambini: Giochi introduttivi

## Giochi di rinvio con bambini – Giochi introduttivi: Go Back Artist

Questa forma di gioco del Goba esercita le capacità di coordinazione e può essere arricchita grazie alle idee «artistiche» dei giocatori.

Con la mano destra si fa rimbalzare una palla, con quella sinistra si tiene una palla in equilibrio sulla racchetta. Cambiare lato.



### Varianti

Introdurre dei compiti supplementari:

- Camminando/correndo/saltellando, all'indietro, di fianco.
- Slalom attraverso i paletti.
- Far rimbalzare la palla contro il muro e con l'altra mano tenere in equilibrio la palla.

### Più facile

- Limitarsi a far rimbalzare una palla a sinistra e a destra.
- Tenere in equilibrio una palla a destra e a sinistra.
- Invece di una palla utilizzare un palloncino.

### Più difficile

- Far rimbalzare la palla contemporaneamente su entrambi i lati.
- Effettuare l'esercizio sul posto con gli occhi chiusi.

**Materiale:** racchetta da Goba o altre racchette, diverse palle, aste o paletti

Fonte: Thomas Richard, Georg Silberschmidt, Marcel Straub

# Giochi di rinvio con bambini – Giochi introduttivi: Goba-palloncino

Questa forma di gioco del Goba sviluppa la visione periferica e il gioco di squadra.

Due squadre da due giocano con una palla da tennis soffice sopra una corda o un nastro. Il campo da gioco è limitato dalle linee della palestra scelte liberamente. Ognuna delle squadre ha pure un palloncino che deve essere costantemente mantenuto in aria.



## Varianti

- Invece di mantenere in aria un palloncino, dopo ogni tocco di palla entrambi i giocatori devono toccare una parete o battere assieme le loro racchette da Goba.

## Più facile

- Le due squadre si passano un palloncino sopra la rete.

## Più difficile

- Giocare in alternanza.
- Cambiare mano dopo ogni scambio, indipendentemente dal giocatore che lancia la palla.

**Materiale:** racchette di Goba o altre racchette, palle da tennis in gommapiuma, corde o nastri

Fonte: Thomas Richard, Georg Silberschmidt, Marcel Straub

# Giochi di rinvio con bambini – Giochi introduttivi: Goba-bersaglio

**Effettuare dei passaggi precisi e destreggiarsi con entrambe le mani. Con questo esercizio si esercita anche l'ambivalenza.**

Due giocatori posizionati a una distanza di circa 3 tre metri si passano una palla alternando mano destra e mano sinistra. Tra di loro vi è un cerchio. Quando riescono a fare rimbalzare una volta la palla nel cerchio, conquistano un punto..



## Varianti

- Ogni volta che si riceve la palla, giocarla dapprima verso l'alto e poi colpirla con l'altra mano; ad esempio ricevere la palla con la destra, giocarla verso l'alto con la stessa mano e poi passarla con la sinistra.
- Ogni giocatore si trova dietro il proprio cerchio e cerca di giocare la palla nel cerchio del compagno. Ognuno conta i suoi punti.
- Entrambi i giocatori si trovano all'interno di un cerchio e giocano la palla di volée.
- Giocare contro un muro delimitando una zona bersaglio.

## Più facile

- Bersagli più grandi (ad esempio una zona delimitata dalle linee della palestra).
- Accorciare la distanza tra i giocatori/cerchi.

## Più difficile

- Bersagli più piccoli (ad esempio una pagina di giornale).
- Aumentare la distanza tra i giocatori/cerchi.

**Materiale:** racchetta da Goba o altre racchette, palle, cerchi

Fonte: Thomas Richard, Georg Silberschmidt, Marcel Straub

# Giochi di rinvio con bambini – Giochi introduttivi: Percorso con le racchette

Il percorso permette di allenare in maniera divertente e creativa le varie capacità richieste per destreggiarsi alla perfezione nei giochi di rinvio.

Allestire un percorso con ostacoli all'aperto o in palestra. Mentre si effettua il percorso seguendo una sequenza fissa, si eseguono gli esercizi scelti liberamente con la racchetta e la palla. Il percorso può essere effettuato come esercizio individuale o di gruppo.



## Varianti

- Cambiare gli ostacoli naturali o artificiali.
- Modificare il modo di spostarsi (rapidamente, lentamente, lateralmente, all'indietro, da seduti, ecc.).
- Cambiare il modo di gestire la palla (colpirla, tenerla in equilibrio, farla rimbalzare, rotolare, giocolare, ecc.).
- Utilizzare diverse palle e racchette.

## Più facile

- In alcune postazioni, condurre la palla o tenerla con la mano.
- Allenare gli esercizi delle varie postazioni uno dopo l'altro e poi integrarli nel percorso.
- Effettuare il percorso camminando (senza ostacoli).

## Più difficile

- Il tempo viene limitato (cronometro).
- Eseguire i compiti utilizzando la mano meno forte.
- Eseguire il percorso in squadra (passarsi la palla).
- Cronometrare il percorso (controllo sotto pressione temporale).

**Materiale:** racchette da Goba, materiale di Street Racket, altre racchette (o altri oggetti con superficie piatta, rispettivamente il palmo delle mani) e palle (ad esempio palline da tennis soffici o palline da tennis tavolo)

Fonte: Thomas Richard, Georg Silberschmidt, Marcel Straub

# Giochi di rinvio con bambini – Giochi introduttivi: Laboratorio delle invenzioni

Da due a tre giocatori inventano un gioco di rinvio e lo presentano agli altri. Possono utilizzare liberamente il materiale e l'infrastruttura della palestra o dello spazio all'aperto.

I giocatori scoprono e sviluppano una nuova idea di gioco, che corrisponde alle esigenze dei giochi di rinvio. Per farlo devono rispettare alcune regole:

- la palla o l'oggetto deve essere colpito (e quindi non condotto o tenuto).
- il conteggio dei punti e la durata della partita.

Stabiliscono quali sono gli errori, il sistema di conteggio dei punti e la durata della partita.



**Materiale:** diverse palle e racchette, palestra o infrastruttura all'esterno

Fonte: Thomas Richard, Georg Silberschmidt, Marcel Straub

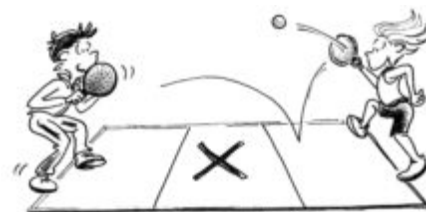
## Giochi di rinvio con bambini – Giochi introduttivi: Street Racket

Lo Street Racket è un gioco di rinvio che può essere giocato quasi ovunque, con diversi tipi di palle e racchette. Una delle particolarità di questo gioco è la possibilità di modificare le regole e il campo secondo il luogo in cui è praticato e i bisogni dei giocatori.

Per iniziare, si consiglia tuttavia di organizzare il gioco nel modo seguente:

il campo di Street Racket è composto di tre quadrati adiacenti (di circa 2 × 2 m); nel quadrato centrale (che rimpiazza la rete) non è permesso giocare. La palla viene passata da un quadrato all'altro e deve rimbalzare una volta nel quadrato dell'avversario (volée vietata).

Il servizio viene effettuato dal basso e la traiettoria della palla non deve, come per tutti gli altri colpi, essere diretta verso il basso ("downplay"). La linea fa parte del campo. I giocatori possono spostarsi liberamente.



### Varianti

- Modificare le dimensioni del campo (ad esempio due volte più largo).
- Doppio (2 contro 2) su un campo allargato.
- Diverse palle e racchette.

### Più facile

- Giocare con palle che rimbalzano (punto d'impatto all'interno del proprio quadrato).
- Al posto dei quadrati tracciare solo due linee, al di sopra delle quali bisogna giocare (nessuna delimitazione di lunghezza o di larghezza).

### Più difficile

- Campo molto piccolo (precisione).
- Campo molto grande (corsa).
- Tracciare nei quadrati delle zone vietate, dove la palla non può rimbalzare.
- Tracciare delle zone bonus nei quadrati, che permettono di ottenere punti supplementari.
- Autorizzare «il downplay» (la palla che si stacca dalla racchetta può anche essere diretta verso il basso).

**Materiale:** materiale di Street Racket, altre racchette (o altri oggetti con una superficie piatta, rispettivamente il palmo delle mani) e palle (ad esempio palline da tennis soffici o palline da tennis tavolo)

Fonte: Marcel Straub, co-fondatore di Street Racket©

# Giochi di rinvio con bambini – Giochi introduttivi: Circuito di Street Racket

Questo circuito permette di sperimentare le sensazioni positive di giocare in gruppo nel quadro dello Street Racket. In questo modo cresce la motivazione. Le dimensioni del campo e la grandezza del gruppo possono essere adattate a seconda dei bisogni.

Un gruppo cerca di effettuare il maggior numero di tiri di seguito, seguendo le regole semplici dello Street Racket. Dopo un tiro il giocatore cambia campo spostandosi in senso antiorario e continua a giocare.



**Regole:** il campo di Street Racket è composto di sei quadrati adiacenti (di circa 2 x 2 m); nel quadrato centrale (che rimpiazza la rete) non è permesso giocare. La palla viene passata da un quadrato all'altro e deve rimbalzare una volta nel quadrato dell'avversario (volée vietata).

Il servizio viene effettuato dal basso e la traiettoria della palla non deve, come per tutti gli altri colpi, essere diretta verso il basso (downplay). La linea fa parte del campo. I giocatori possono spostarsi liberamente.

## Varianti

- Variare le dimensioni del campo (lunghezza, larghezza).
- Modificare il numero di giocatori (intensità).
- Modificare gli obiettivi (assieme, contro).
- Utilizzare diverse palle e racchette.

## Più facile

- Le palle sono giocate volutamente alte e in modo lento.
- I giocatori più esperti sostengono il gruppo, in modo tale da controllare/neutralizzare di tanto in tanto le palle.

## Più difficile

- Campo molto piccolo (precisione).
- Campo molto grande (corsa).
- Una sola racchetta per campo, che viene passata da un giocatore all'altro (cooperazione, strategia).

**Materiale:** materiale di Street Racket, altre racchette (o altri oggetti piatti, rispettivamente il palmo delle mani) e palle (ad esempio palline da tennis soffici o palline da tennis tavolo)



## Giochi di rinvio con bambini – Giochi introduttivi: TTX – Table Tennis X

Il TTX è una variante più semplice e divertente del tennis tavolo, che si presta particolarmente bene per essere eseguita all'aria aperta. Si gioca con una palla più grande e più pesante di quella ordinaria. Le racchette sono semplificate, senza spin.

Si giocano due set di due minuti ognuno. In caso di parità, un ulteriore scambio decide il vincitore o i giocatori disputano un terzo set decisivo di due minuti. Il servizio avviene come nel tennis tavolo, ovvero la pallina viene fatta rimbalzare una volta nel proprio campo prima che superi la rete.

Non sono previste limitazioni nel servizio. Si ottiene un punto supplementare quando:

- l'avversario non riesce a toccare la palla con la sua racchetta (vincente);
- il giocatore chiama la wildcard prima di servire e vince lo scambio seguente.

Se il giocatore effettua un colpo vincente senza far toccare palla all'avversario ottiene addirittura quattro punti. Ogni giocatore ha a disposizione una wildcard in ogni set.



**Materiale:** materiale di TTX, altre racchette (da Goba, asse di legno o oggetti con superficie piatta, oppure la mano) e palle (palline da tennis per bambini, in gommapiuma o da tennis tavolo)

Fonte: Thomas Richard, Georg Silberschmidt, Marcel Straub