

Giochi di rinvio: Con la racchetta – Goba

Il goba consente un'introduzione ideale nel mondo dei giochi con la racchetta. Questa forma è infatti stata sviluppata proprio come gioco base per altri giochi di rinvio e si è diffusa rapidamente soprattutto negli anni Novanta nelle scuole elementari. I punti forti del goba sono l'ambivalenza e delle regole di gioco molto flessibili. Un'attività ideale per ogni età da svolgere durante le lezioni di educazione fisica o nel tempo libero.



Il goba (da GO e BAcK dell'oggetto di gioco) è stato sviluppato a metà degli anni Ottanta dagli insegnanti di educazione fisica svizzeri Jurek Barcikowski ed Etienne Bütikofer. È stato poi introdotto nei «[Manuali per l'educazione fisica](#)», la manualistica svizzera per l'insegnamento dell'educazione fisica in Svizzera, ciò che lo ha reso popolare fra gli specialisti.

Idee di gioco/regole

Nel goba ogni mano diventa una superficie di gioco. In questo modo non ci si deve concentrare su una posizione corretta per tenere la racchetta. Dato che si utilizzano entrambe le mani si sollecita l'ambivalenza, a differenza di molti altri giochi di rinvio. Le forme cooperative sono particolarmente incoraggiate nel goba, ma esistono anche delle forme di gioco competitivo. I giocatori possono anche sviluppare delle varianti personali in base alla loro immaginazione. Non esistono regole di gioco vere e proprie né gare ufficiali di goba.

→ [Forme di gioco per il «goba»](#)

L'idea di base, infatti, è l'arricchimento del gioco da parte degli stessi partecipanti. Questa libertà d'azione incoraggia la creatività e il carattere fortemente coeducativo di questo gioco, due elementi molto importanti per lo sviluppo della personalità di bambini e giovani. Il gioco può basarsi sulle regole di tennis, badminton o squash e per i tornei a squadre si può fare riferimento anche alle regole della pallavolo.

Abilità

Il goba si presta bene per essere giocato a scuola e durante il tempo libero e a tutte le età, fino a quella più avanzata. I vincoli a livello organizzativo sono minimi: un ostacolo da superare (ad es. una panchina, una corda tesa oppure una zona segnata a terra), una palla e le racchette. La palla è facile da colpire visto che la superficie con cui si colpisce è più grande del palmo della mano. In questo modo i principianti riescono a dar vita a passaggi fluidi e interessanti.

Materiale

Le racchette da goba possono essere acquistate oppure costruite durante la lezione di lavori manuali. Questa soluzione «artigianale» permette agli allievi di personalizzarle a seconda dell'ispirazione.

In base all'utilizzo, la palla dovrebbe avere determinate caratteristiche. Per l'interno si consiglia la softball, per l'esterno è meglio invece usare palle più solide con uno strato impermeabile. È possibile giocare con palle di dimensioni diverse, dalla pallina da tennis alla palla da volley.

Fonte: Thomas Richard, Gabriel Schelble, Ufficio federale dello sport UFSPD



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPD