Tema del mese 09/2016: Giochi di rinvio con bambini

Chi da bambino non ha mai sperimentato il fascino dei rapidi scambi col volano nel giardino o dei giri attorno al tavolo da tennis tavolo del quartiere? E chi non si è mai lasciato entusiasmare dal gioco virtuoso ed atletico di stelle del tennis come Roger Federer? I giochi di rinvio sono ideali per allenare la coordinazione, la condizione fisica, la concentrazione e la cooperazione.

I giochi di rinvio consistono nel tirare una palla (da tennis, tennis tavolo, squash, volano, indiaca, ecc.) nel campo dell'avversario, in modo tale che quest'ultimo non riesca a sua volta a rinviarla. Tipicamente, un gioco di rinvio è colpire una palla con la mano o con una racchetta, nulla a che vedere quindi con il «possesso palla». Questo rende i giochi di rinvio particolarmente interessanti da un punto di vista tecnico-tattico anche per i bambini.

Effettuare degli scambi negli sport di rinvio accompagna lo sviluppo dei giocatori da un punto di vista fisico e psichico e migliora le loro competenze di gioco. Inoltre, questi sport offrono un fantastico terreno d'apprendimento sociale. Si può giocare da soli, in doppio o in squadra, quasi sempre senza arbitro. In caso di situazioni controverse, bisogna perciò trovare un'intesa tutti assieme. Inoltre, non essendoci partite che finiscono in parità, questi sport rappresentano un ottimo apprendistato per gestire le emozioni suscitate dalla vittoria o dalla sconfitta.

Universale e multiforme

I contenuti di questo tema del mese si rivolgono sia ai monitori G+S sia agli insegnanti nelle scuole. Con alcuni piccoli adattamenti, possono però anche essere utilizzati dagli allenatori di società sportive. È l'obiettivo di questo documento che vuole mostrare la diversità dei giochi di rinvio. Oltre una trentina di questi giochi si pratica a livello agonistico. Delle invenzioni più recenti (headis o speedminton ad esempio) vanno ad aggiungersi a giochi tradizionali che risalgono ai tempi antici o al Medioevo (pallapugno, badminton).

La scelta di forme di gioco e di esercizi dunque è molto vasta: dai quattro classici giochi di rinvio – badminton, squash, tennis e tennis tavolo – ad altri come il Goba o lo Street Racket. I contenuti possono però essere facilmente applicati ad altri giochi di rinvio, adattando ad esempio la racchetta, le dimensioni del campo, la palla, il numero di giocatori o il sistema di punteggio.

Tema del mese

- Giochi di rinvio con bambini (pdf)

Articoli

- Concetto per lo sport dei bambini G+S
- Imparare giocando – insegnare a giocare

Aiuto

- Gare e tornei

Esercizi

- Basi – forme di gioco 4×4
- Giochi introduttivi
- Badminton
- Squash
- Tennis
- Tennis tavolo

Lezioni

- Kids Tennis
- Sport per i bambini G+S: Badminton
- Sport per i bambini G+S: Squash
- Sport per i bambini G+S: Tennis
- Sport per i bambini G+S: Tennis tavolo

Test

- Test
- Badminton
- Squash
- Street Racket Challenge

Fonte: Alexis Bernhard, Michael Müller, Thomas Richard, Gabriel Schelble, Georg Silberschmidt, Marcel Straub

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO